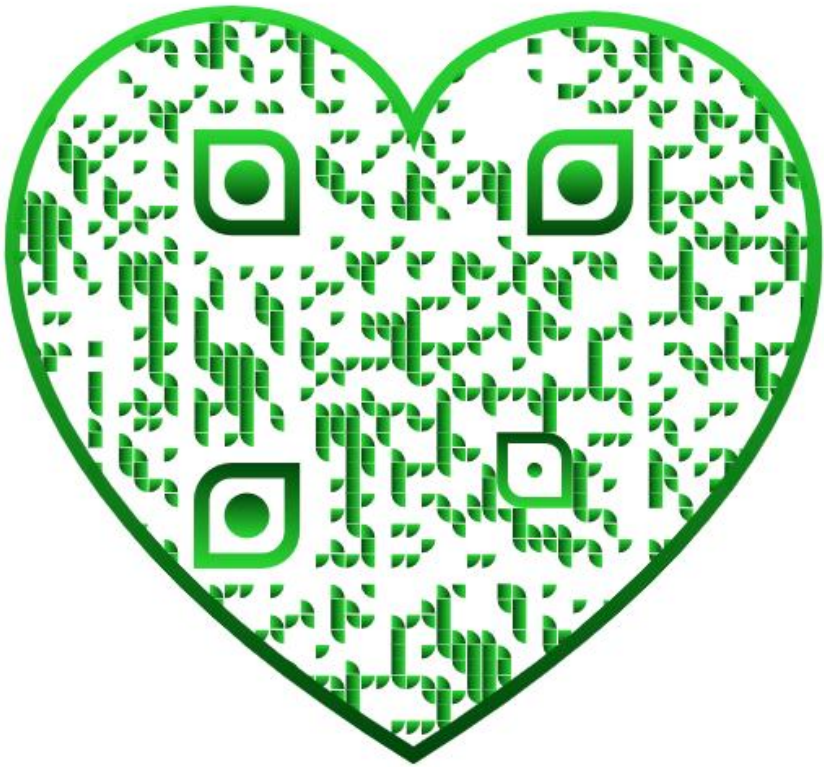
Dorian DI BETTA

60 MINUTES POUR

SE CONNECTER AU RÉEL

GERESO



Dorian DI BETTA

60 MINUTES POUR

SE CONNECTER AU RÉEL

GERESO

GERESO

60 MINUTES POUR SE CONNECTER AU RÉEL

60 minutes pour se connecter au réel

Auteur : Dorian DI BETTA

Édition 2022

© GERESO Édition 2022
Direction de collection : Catherine FOURMOND
Suivi éditorial et conception graphique : GERESO Édition
Illustration : © yokunen/gettyimages.fr

www.gereso.com/edition
e-mail : edition@gereso.fr
Tél. 02 43 23 03 53 - Fax 02 43 28 40 67

Reproduction, traduction, adaptation interdites
Tous droits réservés pour tous pays
Loi du 11 mars 1957

Dépôt légal : Juin 2022
ISBN : 979-10-397-0210-2
EAN 13 : 9791039702102
ISBN numériques
ISBN eBook : 979-10-397-0280-5
ISBN ePub : 979-10-397-0281-2

GERESO SAS au capital de 465 920 euros - RCS Le MANS B 311 975 577
Siège social : 38 rue de la Teillaie - CS 81826 - 72018 Le Mans Cedex 2 - France

GERESO

Dans la même collection :

- 60 minutes pour apprendre à parler en public
- 60 minutes pour booster votre énergie
- 60 minutes pour expliquer le droit du travail aux managers
- 60 minutes pour reprendre le contrôle de vos mails
- 60 minutes pour s'épanouir en famille

Retrouvez tous nos titres sur librairie.gereso.com

Librarie
GERZSO

Aux éperdus

Aux e-perdus

Avant tout

Seul. Le seul, de tout le wagon. C'est vrai que ce matin le RER n'est pas bondé, mais je suis tout de même le seul à ne pas regarder mon téléphone portable.

D'habitude, je suis sur mon téléphone : je surfe sur les réseaux sociaux, *like* à la vitesse de l'éclair, envoie des messages, plus ou moins urgents. Parfois, je regarde des vidéos, écoute de la musique. Ou bien je m'informe, prépare mes vacances. Il m'arrive même de travailler. J'optimise. Je gagne du temps. Le temps que je perds dans les transports en commun, je le gagne grâce à mon téléphone. Le bilan est nul. NUL. Je m'isole en réseautant de façon digitale. J'ignore les autres passagers. Je suis muet, déconnecté des personnes physiques autour de moi. Je comble le vide de l'ennui des transports avec mon smartphone.

Je passe de plus en plus de temps avec mon téléphone, je suis en train de devenir accro, voire boulimique ! Certes, mon smartphone me nourrit, intellectuellement ; c'est légitime, c'est un « téléphone intelligent ». Mais, souvent, il me gave, il m'engraisse d'informations non désirées qui ne m'intéressent pas mais que j'ingère jusqu'à la nausée.

Alors, j'ai décidé de faire une pause. De décrocher, temporairement. De décrocher *du* téléphone. J'en ai assez de *scroller* à l'infini, j'en ai assez qu'« Il » me propose de suivre *telle* personne, de postuler à *telle* offre, de lire *tel* article… j'en ai assez d'obéir aux injonctions de ce divin objet, omniscient, omniprésent ! J'en ai assez de déchiffrer ses messages cabalistiques, remplis de *hashtags* et d'arobases.

Ce matin, dans le RER, comme je ne *veux* pas consulter mon smartphone, j'ai peur de m'ennuyer. Je redoute de ne plus *aimer* m'ennuyer, de ne plus *savoir* m'ennuyer « pour de vrai », c'est-à-dire sans support digital, sans aide électronique. Je crains de ne pas pouvoir supporter cet ennui, cette solitude. Il me faut du chewing-gum pour mon cerveau.

Finalement, je redécouvre assez rapidement le bonheur de rêvasser ; le bonheur de me reconnecter à *mon* monde imaginaire ! De penser, de réfléchir, d'établir des plans sur la comète… j'observe les autres

passagers, je m'imagine qui ils sont, où ils vont, ce qu'ils font. Je me surprends même à me dire qu'ils devraient, eux aussi, lâcher leur portable. Que nous devrions *tous* sortir de notre mutisme. Que nous devrions *tous* nous reconnecter aux autres, pour de vrai, dans la vraie vie.

Qui suis-je et ne suis-je pas ?

Sans le savoir, je venais de tenter une expérience de DEVOTIC : DEconnexion VOlontaire aux Technologies de l'Information et de la Communication. J'ai eu envie d'approfondir le sujet. Pourtant, je ne suis ni chercheur en sciences humaines, ni *Chief Digital Officer*. En effet, je suis actuellement « spécialiste de l'Éthique des affaires » dans une industrie pharmaceutique, mais, avant tout, je suis… curieux ! J'aime découvrir, j'aime comprendre. J'étanche ma soif de connaissance en prenant notamment part à l'organisation de conférences TEDx au niveau du technopôle de Paris-Saclay. Je voyage aussi beaucoup ; j'ai visité près de soixante-dix pays sur les cinq continents, pour mon travail ou en famille. Mes voyages m'ont permis de réaliser l'importance de vivre dans le monde réel et non par le prisme des écrans.

Connexions dangereuses

Une étude franco-canadienne portant sur la « déconnexion volontaire » a été publiée en 2014[1]. Cette étude explique que les « nouvelles » technologies d'information et de communication sont synonymes « d'immédiateté, de sécurité, d'ouverture et d'évasion », ce qui est plutôt positif. Mais ces technologies impliquent aussi « informations non désirées, appels intempestifs, surcharge de travail, confusion entre urgence et importance, contrôles et surveillances non autorisés, nouvelles addictions » ; c'est là que le bât blesse…

Surcharge, confusion, contrôles, surveillances, *addictions*… il s'agit des « effets non désirés » de ces technologies, comme les effets secondaires d'un médicament dangereux.

Connexion rime avec addiction. Cela sonne comme une menace. Cela ressemble à une mention légale, comme « Fumer nuit gravement à votre santé », « L'abus d'alcool est dangereux pour la santé » ou « Jouer comporte des risques ». C'est comme un avertissement. Alors, pourquoi ne pas l'entendre ? Pourquoi ne pas essayer de se déconnecter *volontairement* un peu plus souvent, un peu plus longtemps, du digital ? Pourquoi ne pas utiliser le numérique avec plus de modération, de *hauteur* ? Nous sommes *tous* concernés, quel que soit notre milieu social, notre lieu de résidence, notre âge, notre activité, notre sexe.

En vivant davantage dans le monde réel, j'en suis certain, notre vie s'emplira doucement de sensations et de plaisirs oubliés ; nous resserrerons les liens avec nos proches et ferons de nouvelles connaissances enrichissantes ; nous verrons le monde tel qu'il est et aurons envie d'en discuter avec les autres.

Vous allez voir : se connecter au réel, c'est comme sortir d'un confinement.

Jauréguiberry F., « Déconnexion volontaire aux technologies de l'information et de la communication », HAL, 2013. https://hal.archives-ouvertes.fr/hal-00925309/document

Chapitre 1
L'ivresse des livres

Trente-trois milliards.

Trente-trois milliards d'URL sont stockées à la Bibliothèque nationale de France (BnF). 33 000 000 000 de pages et de sites Web[2] ! Soit un *pétaoctet* de données ; un million de milliards d'octets !

C'est ce que l'on appelle les « archives Internet ».

Les sites Internet du domaine français sont archivés au titre du « dépôt légal » depuis 1996. Sur les serveurs de la BnF, des milliards de données disparues de la surface du Web attendent les chercheurs d'aujourd'hui et des générations à venir[3].

J'ignorais complètement l'existence de ces archives du Web. Très honnêtement, cela faisait à peu près trente ans que je n'avais pas mis les pieds dans une bibliothèque et je ne savais pas à quel point elles avaient changé. En exagérant à peine, j'imaginais que les bibliothécaires étaient toutes des personnes acariâtres, avec des petites lunettes rondes au bord du nez et qui passaient leur temps à froncer les sourcils et à dire « chut ! » avec le doigt devant la bouche. J'imaginais les bibliothèques poussiéreuses, en voie de disparition, dépassées par les nouvelles technologies… pas vous ?

J'avais complètement tort !

Tout d'abord, la majorité des bibliothécaires que j'ai rencontrés sont sympathiques, cultivés, parfois drôles. Ces professionnels sont souvent prêts à aider et ont le sens du contact. Ils ont tous les styles : du chemisier col Claudine aux bagues têtes de mort, du baba cool au plus gothique, du BCBG à l'adulescent.

Ensuite, les bibliothèques sentent bon le bois et la cire d'abeille. Pas du tout la poussière !

J'ignorais beaucoup de choses sur les bibliothèques. J'ignorais par exemple que la BnF conserve plus de quinze millions de livres et de recueils[4] ainsi que quatre cent mille titres de périodiques, dont *Le Figaro* et *tous* les exemplaires de ce quotidien depuis sa sortie en 1826 !

La BnF conserve également des manuscrits, des estampes, des photographies, des partitions, des cartes, des globes, des monnaies, des jetons, des médailles, des enregistrements sonores et vidéo, comme des émissions de radio, de télévision, des films, etc. C'est grâce à la loi dite du « dépôt légal », en application depuis 1537, que la BnF doit collecter et archiver tout ce qui est imprimé, édité, produit ou diffusé en France. Par conséquent, la BnF possède notamment la plus grande collection de jeux vidéo de France[5] : 17 000 jeux ! Ainsi que tous les appareils nécessaires à leur lecture depuis les années 1990 !

Je me sens piètre, presque irrespectueux, de ne pas avoir poussé la porte d'une bibliothèque plus tôt ; de ne pas avoir profité de cette mine d'art, de culture et de sciences sans équivalent ; de ne pas l'avoir utilisée pour m'enrichir l'esprit, prendre du plaisir ou me divertir.

Pourquoi j'aime aller au « trésor public »

Chaque bibliothèque renferme un trésor fabuleux et précieux. Cependant, ce trésor n'est pas dissimulé, caché dans une grotte ou enterré. Il est disponible aux visiteurs et aux chercheurs. C'est un trésor *public*, en quelque sorte… la bibliothèque est un trésor public et j'adore aller m'y ressourcer.

Un jour, une étudiante en master de comptabilité, Marie, m'a annoncé, sidérée : « C'est fou à quel point la bibliothèque universitaire, c'est mieux qu'Internet ! » Elle venait de découvrir avec stupéfaction que dans un livre, contrairement au Web, l'information était toujours structurée, classée clairement par chapitres, avec du lien entre les idées. Y figuraient aussi des éléments auxquels elle n'avait jamais pensé auparavant et qu'elle n'aurait jamais cherchés sur Internet. En effet, sur Internet, on trouve ce que l'on cherche. « C'est difficile de partir de zéro quand je cherche quelque chose sur le Web », m'a-t-elle avoué timidement.

Marie venait de découvrir un trésor…

Aujourd'hui, la plupart des bibliothèques proposent aussi leurs ouvrages en ligne[6]. Alors, *pourquoi* continuer à aller à la bibliothèque si l'on peut effectuer ses recherches tranquillement chez soi, *seul*, devant la copie électronique d'un livre ? Peut-être parce que les documents disponibles électroniquement à *l'extérieur* d'une bibliothèque sont, selon la loi, uniquement ceux libres de droits. Peut-être aussi pour bénéficier du conseil des bibliothécaires. Ou peut-être pour le *lieu* lui-même ?

Du lieu de livres au lieu de vie

Il est difficile de comparer les bibliothèques à Internet. Sachant qu'un quart des recherches sur le Web concerne le sexe[7], je suppute que ce n'est pas la même proportion dans une bibliothèque…

Avec l'arrivée du numérique et du Web, la plupart des bibliothèques, qu'elles soient nationales, municipales, universitaires… se sont réinventées ; elles aussi s'organisent en *réseau*. Le visiteur n'y vient pas seulement pour lire ou effectuer ses recherches. Il peut aussi y écouter des conférences, y jouer du piano, y apprendre l'anglais ou l'informatique, y visiter une exposition, y réserver une salle pour travailler à plusieurs, y écouter un conte, y boire un café, ou y échanger des graines. Il peut même y faire la sieste, comme à la bibliothèque de La Ferté-Saint-Aubin…

Cette bibliothèque, dans le Loiret, compte 3 000 adhérents, soit près d'un Fertésien sur deux ! Par sa superficie, il s'agit d'une *petite* bibliothèque, mais elle a tout d'une grande : elle innove, inspire les autres. Elle figure à la troisième place du « Guide de l'innovation 2021 en bibliothèque », édité par *Livres Hebdo*, *le* magazine des professionnels du livre. Elle propose des activités telles que des ateliers zen, qi gong dansé, « bibliothérapie », ainsi que des « siestes acoustiques », si populaires qu'elles s'exportent dans les festivals et les musées. Une sieste acoustique n'est pas un simple concert-lecture ; c'est une *expérience* sensorielle, un rituel. Elle est organisée par le duo « *Poesia Nuda* », composé d'une « biblio *take care*[8] », comme elle aime à s'appeler, et d'une musicienne professionnelle. L'une lit des morceaux choisis, pendant que l'autre improvise au violoncelle une musique proche de la voix humaine. Les textes sont

sélectionnés minutieusement. Extraits de romans et de poèmes se mélangent avec délice et s'interrompent poliment. Les paysages envoûtants d'Écosse d'*Un bûcher sous la neige* de Susan Fletcher peuvent se marier à la nostalgie des poèmes de Cécile Coulon. Le spleen de Thimothée Fombelle dans *Neverland* peut s'accorder à celui de Baudelaire, ou se heurter aux mots vifs de Thomas Vinau. La sieste dure près d'une heure. L'auditoire, de l'ouvrier au cadre supérieur, est allongé par terre, éclairé par des bougies. Il lâche prise. C'est comme une méditation, une introspection. Certains participants s'endorment bruyamment, d'autres écoutent émerveillés. La sieste prend fin au son du gong. Une tisane ayurvédique aide les dormeurs à émerger. Tous s'étonnent d'aller mieux.

Les bibliothèques sont polyvalentes ; elles se sont renouvelées, se sont transformées en *médiathèques*. Grâce à leur modernisation, la fréquentation des bibliothèques municipales est en hausse ; c'est ce que révèlent les chiffres du CRÉDOC (Centre de recherche pour l'étude et l'observation des conditions de vie[9]). Des médiathèques ont même été construites. C'est remarquable !

Toujours d'après le CRÉDOC[10], la bibliothèque municipale est d'abord un « lieu de détente » avant d'être un « lieu pour étudier ». En ce qui concerne les bibliothèques de recherches et les bibliothèques universitaires, je pense que, bien que ce soient des lieux de vie, on y vient *d'abord* pour étudier. Mais pas forcément pour profiter de la documentation sur place.

Zone à sensations

Quand je suis dans une bibliothèque, je ne suis pas *seul*, je me sens membre d'une communauté de lecteurs et de chercheurs, même si je n'ai pas ce titre. Je me sens étudiant. J'admire l'aspect démocratique du lieu : les ouvrages alentour sont disponibles, gratuitement ou presque, pour tous, quels que soient l'âge, le sexe, la couleur, la religion. Les lecteurs ont des styles hétérogènes qui varient en fonction des ouvrages qui les côtoient : j'aperçois un homme arborant un badge « Force Ouvrière » près des livres de sciences politiques ; je distingue également le sosie de mon professeur de philosophie de terminale, barbe et cheveux longs, près des dictionnaires philosophiques ! J'y croise aussi des

personnes sans domicile fixe, des futurs avocats encravatés, des femmes en tenue de cocktail… c'est un joyeux mélange silencieux.

Quand je suis dans une bibliothèque, je sens une *stimulation*, une force, une envie d'efficacité. Je travaille par mimétisme. Dans les bibliothèques anciennes, je ressens une charge historique, un respect studieux, une envie de faire honneur au lieu. Dans les bibliothèques modernes, je perçois un encouragement à la concentration. Elles ont été dessinées pour cela. Par exemple, les salles de lecture du site François Mitterrand de la BnF se déploient autour d'un grand jardin clos, comme un cloître, ce qui pousse à la réflexion, voire à la méditation.

Quand je suis dans une bibliothèque, j'aime y chuchoter, surtout le matin, lorsqu'il y a moins de monde. J'aime la contrainte du parler bas, du silence, la plus jolie des musiques. J'aime le crissement des chaises, le battement des portes, le glissement des crayons à papier sur les blocs-notes. Je fais des rencontres, dans les cafés ou sur les bancs attenants, sinon assis par terre, dans un hall. J'aime observer la dynamique studieuse de la jeunesse, son énergie contenue, se mélanger à la beauté historique des bibliothèques, à la culture entassée dans leurs allées, leurs sous-sols et leurs toits.

Où est la bibliothèque la plus « hot »de Paris ?

La bibliothèque Sainte-Geneviève a été qualifiée par *Street Press* de « bibliothèque la plus *hot* de Paris[11] ». Je me devais d'aller vérifier sur place…

La bibliothèque Sainte-Geneviève est à la fois une bibliothèque publique et une bibliothèque interuniversitaire ; elle est située place du Panthéon, juste à côté de la Sorbonne. C'est un endroit splendide qui date du XIXe siècle. La salle principale est longue de 80 mètres et est assez étroite, un peu comme une église, et très lumineuse. Sa voûte est soutenue par des arcs en fonte qui reposent sur des colonnes, ce qui lui donne un petit côté Eiffel avant l'heure. Mais finalement, le plus frappant, c'est la *promiscuité* qui y règne ! Les sept cents lecteurs installés aux tables ont chacun un carré d'une soixantaine de centimètres de côté et se font face. Ils se frôlent, leurs coudes s'entrechoquent, ils se font du pied par inadvertance. Même pendant l'application de la distanciation sociale due à la crise

sanitaire de la Covid-19, le *eye contact* est *inévitable*. Ajouter à cela une heure de queue pour y entrer, soit une bonne occasion d'entamer la conversation, et une fermeture à 22 heures, y compris le samedi, nous avons là tous les ingrédients de la rencontre ! Il existe même des *codes*, selon que l'on cherche à rencontrer quelqu'un ou non, qui varient d'une faculté à l'autre ! Cela a rapport avec la façon de mettre sa carte d'étudiant sur la table, sa place dans la salle, etc. Il paraît que ceux qui veulent « choper » (*dixit*) se mettent à gauche…

L'ami prodigieux

J'ai rencontré Ali et MHD à la minuscule cafétéria de cette bibliothèque. Leur complicité étincelante a attiré mon regard ; ils avaient une sorte de magnétisme involontaire et fédérateur, deux jeunes hommes souriants, motivés par l'avenir et emplis de considérations pour leurs aînés. Ali et MHD sont en troisième année de droit. Ils se sont rencontrés… à Sainte-Geneviève ! Ce lieu a été le témoin de la naissance de leur histoire *d'amitié*, un lieu commun, propice aux rencontres prodigieuses.

Ils s'assoient toujours au même endroit, en « droit », proches du Dalloz et autres ouvrages du même acabit. Ils y rencontrent ainsi des personnes qui y partagent les mêmes goûts. Si l'envie les prenait de vouloir rencontrer des férus d'art, ils iraient s'asseoir tout près des livres sur la peinture ou la sculpture, à l'opposé de leur place actuelle.

La bibliothèque est un brise-glace. En effet, il leur arrive de discuter avec des étudiants de leur promotion, à la bibliothèque, alors qu'ils n'avaient jamais *osé* cet échange dans leur amphithéâtre, à l'université !

À Sainte-Geneviève, MHD cherche à créer la rencontre, qu'il espère sérieuse. Pour cela, il se géolocalise dans sa *story Instagram*, puis engage une conversation *digitale* avec une personne présente comme lui dans la salle de lecture. D'après lui, fréquenter une bibliothèque est un signe de maturité, d'implication dans ses études, et c'est ce genre de personnes qu'il souhaite rencontrer. Sainte-Geneviève est comme une antichambre avant tout rendez-vous plus réel, plus engageant, par exemple dans un café. **La technologie a du bon quand elle permet une vraie rencontre…**

Ma discussion avec Ali et MHD fut fort sympathique. Authentique. Transgénérationnelle. J'ai été sensible au romantisme alambiqué de MHD, à la fois électronique et traditionnel.

Électronique et traditionnel… un peu comme un livre !

Le livre a-t-il une âme ?

Le livre traditionnel, en papier, est un bel objet, presque *sensuel*. Sa couverture a la douceur de la peau, la tranche de ses pages est coupante comme une lame. Son papier vélin est soyeux comme les cheveux d'un enfant, alors que le papier vergé est plus marqué, comme la peau d'un vieillard. Lorsque l'ouvrage est feuilleté rapidement, il crépite tel le feu tout en soufflant une brise de mer. Son parfum est duveteux comme l'alpaga ou âcre comme la crème « *smetana* ». **Le livre papier, ne serait-ce que par sa forme, sa matière, possède la dualité du vivant.**

Cet aspect sensuel, voire métaphysique, du livre papier, manque cruellement au livre électronique. Certes, le livre électronique permet un gain de place évident, intègre dictionnaire et traducteur, mais malheureusement, il ne permet pas le *plaisir* de prêter un ouvrage qui nous a plu, ni celui de l'offrir avec un petit mot manuscrit sur la première page. Il ne permet pas non plus le *plaisir* de le feuilleter et de s'y perdre pour y retrouver un passage marquant. Pour moi, le livre électronique est un objet triste et sans âme.

De plus, le livre électronique, avec sa connexion WiFi, me prive de la joie d'aller choisir un ouvrage dans une librairie, de mon émerveillement devant un étal éclectique, des conseils judicieux des libraires, de la lecture curieuse de leurs fiches insérées dans leurs livres préférés. Quand je suis dans une librairie, j'aime me heurter à des ouvrages auxquels je n'aurais *a priori* jamais pensé mais que ma venue dans ce lieu m'a permis d'apprivoiser et finalement d'apprécier. Je suis persuadé que certains de mes ouvrages préférés ne m'auraient jamais été proposés par les algorithmes des GAFAM. Ces algorithmes m'auraient laissé dans mon microcosme confortable, ne m'auraient pas provoqué, n'auraient pas tenté d'élargir mes frontières, ne m'auraient pas poussé avec force vers l'inconnu.

Lorsque je suis dans une librairie, je suis étonné par le succès des

livres de cuisine. L'engouement pour le livre de recettes a commencé dès les années 2000 ; ce n'est donc pas une simple mode. Malgré un contexte difficile pour l'industrie du livre, son volume de ventes augmente[12]. Ce succès fait écho à notre soif de culture culinaire française.

Personnellement, j'utilisais volontiers Internet pour trouver une recette : c'est très pratique et… gratuit. Peu à peu, je me suis rendu compte que le livre de recettes est un « beau livre » : c'est sa catégorie officielle, à l'instar des livres d'art. Le texte des livres de cuisine est souvent riche, les photographies sont soignées, magnifiées par un papier de qualité. Ils peuvent se lire insatiablement, comme un roman, ou plus nonchalamment, dans n'importe quel sens, comme un portfolio artistique. Ils me font voyager à travers les goûts : je salive devant l'acidité d'une tarte au citron ou l'amertume d'une salade de pamplemousse, mon estomac gargouille à la vue d'un hareng saur bien salé et bien gras, mes papilles s'assèchent à l'image d'un côtes-du-rhône très tanique ou d'un boudin antillais pimenté, je bâille d'envie devant la photographie d'une gaufre au sucre glace…

Alors que face à mon ordinateur, c'est plutôt d'ennui que je bâille.

Le mot de la faim

Les livres de cuisine, en particulier, me donnent faim : faim de terrines, de tartes salées et de pâtisseries ! Les livres, en général, me donnent soif : soif de culture, de distractions et de *sensations*. Quant aux bibliothèques, elles me donnent de l'énergie et elles me rendent *fier* : fier de constater qu'elles sont en train de négocier avec enthousiasme le virage du numérique et des nouvelles technologies.

« Nouvelles » technologies… combien de temps encore ces technologies resteront-elles « nouvelles » ? Le cinéma était considéré, dans les années 1880, comme une « nouvelle technologie ». Le système de pneumatiques, encore visible à la bibliothèque Richelieu, à Paris, était aussi considéré, à l'époque, comme le *summum* de la modernité. Les bibliothèques sont toujours à la page.

Les bibliothèques font un grand écart curieux : elles archivent le passé en se tournant vers le futur. Le livre, par *construction*, c'est du

passé. En effet, il s'écoule des mois entre la fin de l'écriture d'un ouvrage et le moment où il prend place sur une étagère. Ces mois peuvent rendre caduque toute contemporanéité. Seule l'écriture digitale peut être publiée dans l'instant. Mais cette écriture sans recul, sans longue réflexion, n'est pas toujours sans risque : l'écriture digitale peut être approximative, grossière ou emportée.

Je pensais qu'il existait une sorte de concurrence entre le livre et Internet, un antagonisme entre le papier et le numérique, qu'ils se faisaient face.

Je pensais que les internautes ne fréquentaient pas les bibliothèques, que les grands lecteurs ne surfaient pas sur le Web.

Je pensais que les bibliothèques étaient seulement l'apanage des gros consommateurs de livres, pas des *geeks*.

Je me trompais ! Je ne voyais pas l'évidence !

Internet, tout comme le livre, est un outil de culture. Les consommateurs de culture se retrouvent donc à la fois dans les bibliothèques et sur Internet : près de la moitié des usagers des bibliothèques sont aussi des internautes assidus[13] !

La culture est accessible de mille et une façons : par le livre, la bibliothèque, le numérique, Internet, etc. Peu importe la façon, l'essentiel, c'est d'étancher sa soif, sa soif de culture, de divertissements et de bien-être.

Comme le disait Alfred de Musset : « **Qu'importe le flacon, pourvu qu'on ait l'ivresse** » !

Maintenant, prenez le temps de la réflexion…

Alors ? Êtes-vous prêt à vous *engager* à vous distraire, à vous cultiver, à explorer vos sensations grâce aux bibliothèques et à leurs livres ?

Si tel est le cas, et si vous en avez *l'enthousiasme*, je vous invite à signer le « certificat d'engagement » page suivante.

Bibliothèque nationale de France, rapport d'activité 2018, Paris : Bibliothèque nationale de France, 2018. https://www.bnf.fr/fr/bnf-rapport-dactivite-2018.

Leroy-Terquem M., « Archiver le web aujourd'hui pour les générations de demain », chroniques de la BnF, 2019.

Bibliothèque nationale de France, rapport d'activité 2018, Paris : Bibliothèque nationale de France, 2018. https://www.bnf.fr/fr/bnf-rapport-dactivite-2018

Leroy-Terquem M., « Comment le jeu vidéo représente le passé ? », chroniques de la BnF, 2019.

Les bibliothèques, lieux de médiations numériques. Programme société numérique, 11 mars 2017 - https://labo.societenumerique.gouv.fr/2017/03/11/les-bibliotheques-lieux-de-mediation-numerique/

Rioux A., « AHURISSANTE… pornographie sur le web ! », psycho-ressources, s.d., consulté le 30 mai 2020. https://www.psycho-ressources.com/bibli/stats-pornographie.html

Take care signifie « prendre soin ».

Maresca B., Gaudet F., Evans C., Les bibliothèques municipales en France après le tournant internet, Paris : Bibliothèque publique d'information, 2007.

Ibid.

Branson E., « Bienvenue dans la bibliothèque la plus hot de Paris », Streetpress, 2013. https://www.streetpress.com/sujet/81225-bibliotheque-sainte-genevieve-paris-5e

Foucaud B., « Livre de cuisine ou cuisine éditoriale », Boris Foucaud consulting, 2019. https://www.consultant.borisfoucaud.com/livre-de-cuisine-cuisine-editoriale/

Maresca B., Gaudet F., Evans C., Les bibliothèques municipales… op. cit.

CERTIFICAT D'ENGAGEMENT

n° 1

Je soussigné(e) _____

m'engage à :

☐ Aller dans une bibliothèque, savourer le lieu et engager la conversation avec un usager.

☐ Offrir un livre à une personne que j'aime bien, et lui écrire un petit mot sur la première page.

☐ Autre, précisez : _____

_____

Date et signature : __ / __ / __

Chapitre 2

Comment le papier nous rend la vie plus belle

Vingt-trois mille six cent cinquante.

Vingt-trois mille six cent cinquante, c'est le nombre de lettres que la comédienne Juliette Drouet a écrites à son amant affiché et notoire, Victor Hugo. Vingt-trois mille six cent cinquante lettres et mots d'amour, soit plus d'une missive par jour… pendant près de cinquante ans ! C'est fou, n'est-ce pas ? L'Amour fou ?

Voici sa dernière lettre, datée du 1er janvier 1883 ; elle mourut quelques mois plus tard, le 11 mai :

« Cher adoré,

Je ne sais pas où je serai l'année prochaine à pareille époque, mais je suis heureuse et fière de te signer mon certificat de vie pour celle-ci par ce seul mot :

Je t'aime. »

Quoi de plus romantique que de terminer sa dernière lettre à son amant de toujours par un « Je t'aime » et puis finir sa vie ? Quelle lettre émouvante !

J'adorerais recevoir de tels mots d'amour ! Trouvez-vous cela ringard ? À l'heure des courriers électroniques, des SMS, n'est-ce pas lent, compliqué et désuet de s'écrire avec un stylo ?

N'est-ce pas *ridicule* d'envoyer une lettre d'amour ?

La passion amoureuse entre Alfred de Musset et George Sand débuta par cette lettre :

« Mon cher George,

J'ai quelque chose de bête et de ridicule à vous dire. Je vous l'écris sottement, au lieu de vous l'avoir dit, je ne sais pourquoi, en rentrant de cette promenade. J'en serai désolé ce soir. Vous allez me rire au nez, me prendre pour un faiseur de phrases dans tous mes rapports avec vous jusqu'ici. Vous me mettrez à la porte et vous croirez que je mens.

Je suis amoureux de vous. Je le suis depuis le premier jour où j'ai été chez vous. »

Quelle délicate déclaration d'amour ! N'est-ce pas rassurant de découvrir que même Alfred de Musset pensait qu'il était ridicule d'écrire ce genre de lettres ? Pourtant, je pense qu'il n'y a rien de ridicule à écrire un mot d'amour. **Écrire permet d'*oser* dire les choses.**

Avec l'émergence de nouvelles technologies de communication, la correspondance a beaucoup évolué. D'une certaine façon, l'*e-mail* a remplacé le courrier papier, le SMS a fait fi du « petit mot sur la table de la cuisine » et les publications sur Instagram ou sur Facebook ont supplanté la carte postale. Explorons ces nouveaux moyens de s'écrire, amusons-nous à les confronter, à les comparer, à les provoquer et à les concilier.

Découvrons comment le papier peut clairement nous rendre heureux.

Le mot magique

J'ai rencontré Abdel lors d'une formation professionnelle. Et son histoire m'a subjugué…

Abdel est un trentenaire charmant et souriant. Il est égyptien. Il a quatre frères et deux sœurs, ce qui, d'après lui, « n'est pas une si grande famille que ça » ! Il travaille aux Émirats arabes unis dans l'industrie.

Le début des années 2000 a marqué l'essor et la démocratisation des *chat rooms*, c'est-à-dire des groupes de discussion en direct entre utilisateurs du monde entier. Abdel était membre de l'un d'eux. Sa *chat room* n'était pas dédiée à un sujet précis ; il s'agissait de discussions ouvertes qui lui permettaient, après ses études universitaires, d'approfondir ses connaissances sur de nombreux

sujets éclectiques : langues, sciences, etc. Les échanges se faisaient uniquement par écrit.

Encore aujourd'hui, ce genre de forum permet de rassembler des utilisateurs qui ne se seraient jamais croisés dans la vraie vie, et ce pour des raisons géographiques, sociales ou culturelles. **Le digital est capable de rapprocher les peuples et d'abolir les frontières physiques et imaginaires.**

C'est grâce à sa *chat room* qu'Abdel fit la connaissance d'Aylin, une jeune femme d'origine turque qui se trouvait à Londres et étudiait la finance.

Une belle histoire d'amitié s'est nouée entre eux. N'ayant pas Internet chez elle, Aylin courait à la bibliothèque tous les soirs après ses cours pour se connecter à sa *chat room* et *chatter* avec Abdel jusqu'à la fermeture. Ils correspondaient en anglais, ce qui n'est pas leur langue maternelle. Quand l'amitié devint plus forte, ils décidèrent de se donner leur numéro de téléphone portable pour échanger de façon plus personnelle par SMS. Cela dura pratiquement un an, puis Abdel dut déménager aux Émirats arabes unis pour du travail. Alors Aylin lui *téléphona* et lui demanda, de façon innocente, l'endroit exact où il allait travailler…

Quelques semaines plus tard, aux Émirats, Abdel reçut un courrier à son bureau. Il pensait que c'était pour son travail. Il s'agissait en fait d'une lettre manuscrite d'Aylin !

Une longue et jolie lettre, surprenante et émouvante, qui parlait de tout et de rien mais surtout de ses sentiments. Une lettre touchante et explicite, inoubliable et éternelle.

Abdel fut bouleversé. Ce papier, qu'Aylin avait touché, il l'avait à son tour dans les mains ! Pour la première fois, ils partageaient *tactilement* quelque chose. Abdel ressentit des émotions qu'il n'avait jamais ressenties, fortes et indéfinissables. De l'amour ?

Après cette première lettre, Abdel ouvrit une boîte postale à son nom. Il faut savoir qu'aux Émirats arabes unis, les habitants reçoivent en général leur courrier personnel au travail, jamais à la maison. Mais Abdel voulait dédier à cette correspondance une adresse *unique*. Alors, deux fois par mois, il se rendait à cette boîte à lettres ; cela lui prenait une heure de voiture aller et retour. Mais cette relation épistolaire méritait amplement cet effort.

Abdel et Aylin se sont encore écrit pendant quatre longues années, ponctuées par seulement trois rencontres ! Ils ont été solides face

aux difficultés, ils ont eu cette patience, cette *résilience* propre aux personnes qui connaissent leur force. Malgré le temps, malgré leurs différences, malgré les épreuves, leur amour a triomphé. Ils vivent aujourd'hui aux Émirats et, comme dans les contes de fées, ils se marièrent et eurent… deux enfants !

Cette belle histoire n'a été rendue possible que par l'action combinée du numérique, de la *chat room*, et du réel, leur première lettre. C'est cette première lettre qui les a fait passer du stade d'amis à amants platoniques. Les SMS n'ont pas eu cette efficacité ; seul le papier a eu un effet *magique*.

Les mots d'amour

Les lettres d'amour ne se jettent pas. Elles ne s'oublient pas, elles sont immortelles. Elles nous transforment, nous *transfigurent* : elles changent notre état, de l'ami à l'amant par exemple. **Les lettres d'amour touchent au miracle.**

Il n'existe aucun équivalent à la lettre d'amour. On n'a jamais parlé d'*e-mail* d'amour ! Elle n'a rien à voir avec le *sexto*, le « texto sexy ».

La lettre d'amour est un cadeau, un *présent*, pour le *futur*.

Pour la Saint-Valentin, c'est certainement plus surprenant qu'un bon repas ou qu'un bouquet de roses rouges, plus exclusif. C'est l'idéal pour exprimer son amour, le *prouver* « noir sur blanc » !

À mon avis, l'effort plaît toujours. Cela fait plaisir de recevoir par courrier quelque chose qui a *coûté* un peu d'effort, comme une déclaration d'amour. Elle a de la *valeur*, elle est *précieuse*… le papier est choisi avec soin, un peu épais, parfois même parfumé. L'enveloppe est assortie. Le timbre est sélectionné pour *résonner* avec le contenu de l'enveloppe. Obtenir l'adresse postale est parfois compliqué. Le stylo, qui sert à écrire ces mots d'amour, a souvent été le témoin d'autres événements extraordinaires : la signature d'un contrat, d'un acte de vente… c'est le stylo porte-bonheur. Cet objet phallique change les sentiments en mots. L'écriture, cursive, est appliquée. Elle reflète l'âme, peut trahir des sentiments inauthentiques. L'écriture participe à la déclaration, elle joue un rôle, ce n'est pas un simple média. Par l'écriture, le destinataire pénètre l'intimité de l'expéditeur. Ses mots le touchent d'autant plus. Ses

mots font mouche.

Malheureusement, l'écriture cursive n'est plus enseignée en Finlande et dans quarante-cinq États des États-Unis, au profit de la maîtrise du clavier et de l'écriture imprimée, scripte. C'est peut-être une tendance. Je trouve cet *abandon* regrettable. Pourquoi opposer ces deux écritures ? La cursive donne de la place à sa personnalité ; l'écriture scripte, elle, abolit la ségrégation entre celui qui a une « belle écriture » et celui qui « écrit mal ». Ces deux types d'écritures sont complémentaires et non opposables.

Avec l'abandon de l'écriture cursive au profit du clavier, je crois qu'il sera de plus en plus difficile d'écrire des lettres à la main. Cela demandera de plus en plus d'efforts, la lettre manuscrite se fera donc de plus en plus rare et par conséquent d'autant plus précieuse… et percutante ! Cependant, si cela est trop difficile d'écrire, le numérique peut apporter une aide à la rédaction d'une lettre d'amour : il existe sur Internet des tutoriels ainsi que des exemples de lettres inspirantes. Utiliser Internet pour écrire une jolie lettre n'enlève en rien à *l'effort* de l'écriture ; j'adore cette alchimie avec le digital en faveur de l'amour !

Avez-vous déjà écrit une lettre d'amour ? Êtes-vous prêt à en écrire une ? Si cela vous demande trop d'efforts ou si vous n'êtes pas encore complètement prêt, pourquoi ne pas *oser* simplement envoyer un mot gentil, un compliment, à la personne qui compte dans votre cœur ?

Vous pourriez aussi écrire une « lettre d'amitié » à un ami ?

Vous verrez : **écrire, ça fait souvent du bien**.

Échanges de mots

À l'âge de treize ans, j'ai eu une correspondante de l'île de la Réunion. Nous nous sommes écrit pendant quinze ans ! Nous avons passé ensemble, sans nous voir, les difficultés inhérentes de l'adolescence, nos tourments, nos tristesses, nos colères, mais aussi partagé nos joies, nos fiertés, nos réussites. Nous avons ri et pleuré main dans la main, à distance. Nous nous sommes soutenus. Nous avons appris l'un de l'autre. Elle m'a aidé à grandir, m'a supporté. Nous sommes devenus adultes ensemble. Lui écrire, c'était comme

une confession, comme parler à quelqu'un que l'on ne voit pas mais à qui l'on peut tout dire. Lui écrire, c'était comme écrire dans un journal intime qui me répondait.

Je m'étais *investi* dans cette correspondance, j'y mettais beaucoup d'énergie et de temps. Elle m'a appris la patience, car le courrier mettait deux semaines à arriver. Ces difficultés renforçaient notre relation amicale, nous la *méritions*.

Aujourd'hui, il est très facile de communiquer d'un bout à l'autre de la planète, grâce, par exemple, aux jeux en ligne, aux forums de discussion… c'est une autre forme de correspondance, plus spontanée, rapide, agile, infinie. Elle a l'avantage de la grande échelle. Mais le correspondant « classique », le confident sans visage, le conseiller à distance, l'ami invisible irremplaçable a pratiquement disparu. Et cela est regrettable.

Je me demande parfois si ma correspondante a gardé mes lettres…

Le mot pour rire

En général, les lettres se conservent à jamais, se lisent, se relisent, et parfois se relient. On les collige, on les publie. Elles méritent d'être exposées, elles inspirent, elles témoignent d'une époque, d'un amour maternel ou charnel, comme les lettres de Madame de Sévigné à sa fille, ou de François Mitterrand à Anne Pingeot.

Même si ces lettres ne nous sont pas destinées, elles nous émeuvent, suscitent notre empathie. J'envie leur destinataire, récipiendaire d'un objet solennel et précieux.

Parfois, les lettres nous font rire, elles cachent des messages explicites qui choquent avec délice, comme le fameux stéganographe attribué à George Sand pour Alfred de Musset, mais qui, d'après l'association « Les Amis de George Sand », n'est en réalité qu'un excellent canular d'un auteur inconnu :

« Cher ami,
Je suis tout émue de vous dire que j'ai
bien compris l'autre jour que vous aviez
toujours une envie folle de me faire

danser. Je garde le souvenir de votre baiser et je voudrais bien que ce soit une preuve que je puisse être aimée par vous. Je suis prête à montrer mon affection toute désintéressée et sans calcul, et si vous voulez me voir ainsi vous dévoiler, sans artifice, mon âme toute nue, daignez me faire visite, nous causerons et en amis franchement je vous prouverai que je suis la femme sincère, capable de vous offrir l'affection la plus profonde, comme la plus étroite amitié, en un mot : la meilleure épouse dont vous puissiez rêver. Puisque votre âme est libre, pensez que l'abandon où je vis est bien long, bien dur et souvent bien insupportable. Mon chagrin est trop gros. Accourez bien vite et venez me le faire oublier. À vous je veux me soumettre entièrement.

Votre poupée »

Voilà une déclaration simple et prude d'une femme amoureuse. Mais si vous ne lisez qu'une ligne sur deux, alors, vous allez voir apparaître une correspondance obscène, pornographique. Cette déclaration est comme une mise en scène de la dualité du sentiment amoureux, entre déférence et bestialité. Grâce au message codé, la pudeur de George Sand est préservée.

Les nouvelles technologies de communication permettent-elles d'être aussi romantique et drôle ?

Certains échanges de SMS, *a priori* romantiques mais surtout drôles, ont fait le tour du Web grâce aux réseaux sociaux. Là encore, impossible de savoir s'il s'agit de vrais messages ou de canulars. En voici un exemple :

Jvais aller dormir.

Jvoulais juste te dire que je t'aime 😊

Moi aussi 😊

Oh ! Première fois que tu me dis moi aussi quand jte dis jtaime

LOL… non moi aussi jvais dormir 😊

L'orthographe approximative des SMS (« *Jvais aller dormir* ») est souvent décriée. C'est vrai, il y a des fautes dans les textos, de nombreuses abréviations, la ponctuation est couramment absente… ET ALORS ? Pourquoi *juger* ces échanges vifs et *décomplexés* entre les Hommes ? Grâce aux textos, on ne s'est jamais *autant* écrit, on ne s'est jamais *autant* envoyé de petits mots. Pourquoi *encore* respecter des règles, ériger des barrières qui nous empêchent de nous rapprocher, de communiquer ? Pourquoi créer *encore* une ségrégation, entre ceux qui écrivent des textos avec des fautes et les autres ? Entre ceux qui connaissent la signification de TVB ou TKT et ceux qui l'ignorent ? Une ségrégation entre deux mondes, deux générations peut-être ?

J'adore le langage SMS ; il m'amuse, me fascine. Il est incomparable. C'est un mélange de caractères et de pictogrammes, tels que les émojis, d'origine japonaise, ou les émoticônes, comme les smileys. Ces pictogrammes sont des signes de ponctuation modernes, ils accentuent certains mots (« *je t'aime* 😊 »), ils embellissent le message, le rendent plus attractif et se substituent parfois au texte. Je m'exclame devant une suite d'émojis bien choisis, je souris face à certaines combinaisons de pictogrammes.

Il existe une multitude de smileys. Entre le smiley le plus joyeux et celui le plus triste, il en existe une trentaine d'autres ! Bien que la langue française soit une des plus riches concernant les émotions, il n'est pas toujours simple de remplacer un smiley par des mots :

😂 « J'ai ri aux larmes ! »
😁 « J'ai ri aux éclats ! »
😊 « J'ai ri. »
☺️ « J'ai ri du bout des lèvres. »
🙂 « J'ai souri. »
😌 « J'ai un peu souri. »
😒 « Je n'ai pas trouvé cela drôle. »
😕 « J'ai trouvé cela triste. »

« J'ai eu envie de pleurer. »

« Cela m'a fait pleurer. »

« J'ai pleuré toutes les larmes de mon corps. »

Quand on évoque un sujet aussi *sérieux* que celui de la tristesse, ne vaut-il pas mieux utiliser de *vrais mots* ? Est-ce de bon goût d'envoyer ses condoléances par réseaux sociaux, avec un smiley triste ? Est-ce cela, être moderne ?

Finalement, ce nouveau moyen de communiquer par SMS, est-ce vraiment de l'écrit, avec tous ces dessins qui remplacent le texte ? Avec toutes ces fautes d'orthographe et ces abréviations ? Ou est-ce une *illusion* d'écriture ?

L'usage des SMS est-il une menace pour l'orthographe des adolescents ?

D'après une étude[14] menée par le Centre de Recherche sur la Cognition et l'Apprentissage et des universitaires français, la réponse est NON. Cette étude conclut que « *la pratique des SMS ou textos n'a pas d'influence sur l'orthographe des collégiens, c'est leur niveau en orthographe qui détermine le type de fautes présent dans les SMS. (…) Les SMS ne constituent pas une menace pour le niveau en orthographe à l'école, mais sont une occasion nouvelle et supplémentaire de pratiquer l'écrit.* »

Assurément, le texto remplace le petit mot que j'avais l'habitude de laisser sur la table de la cuisine et qui disait : « Bonjour ! Bonne journée ! □□□ », ou bien : « Pourras-tu venir me chercher au lycée ? » Mais, comme le prouve cette étude[15], les SMS sont une occasion *supplémentaire* de pratiquer l'écrit. Ils le rendent *accessible*. Ils permettent de communiquer facilement et rapidement par écrit, *sans complexe*, et de créer du lien. Ils permettent aussi de mentir facilement et rapidement… quoi de plus aisé que d'écrire : « TVB TKT » (« Tout va bien, ne t'inquiète pas »), alors que ça ne va pas ? La voix, elle, n'aurait pas pu tricher.

Les petits mots écrits sur un papier et destinés à autrui sont rares mais existent toujours. Ils ont déserté les cuisines pour arriver dans les salles de classe… en effet, certains professeurs ont mis en place dans leur classe des boîtes aux lettres ; les élèves peuvent y glisser des petits mots gentils et anonymes à l'intention de leurs camarades. Un doux mélange entre textos et cartes postales…

D'autres professeurs ont eu des idées différentes et tout aussi

géniales.

Une image vaut mille mots

Héléna est une institutrice de la région parisienne. Elle enseigne à des enfants de 9-10 ans. Elle ne s'intéresse pas particulièrement aux « nouvelles » technologies, ce qui ne l'empêche pas d'être innovante dans sa pédagogie. Elle met beaucoup d'affect dans sa relation avec ses élèves, les protège, les encourage, ne pointe jamais leurs erreurs et met en avant leurs succès. Une institutrice exemplaire et discrète. Difficile pour moi de vous la décrire physiquement, car je ne l'ai jamais rencontrée ; pourtant, je lui ai envoyé des cartes postales pendant un an…

Entre elle et moi, tout est parti d'un malentendu !

Héléna a un jour déclaré à ses élèves : « Je cherche des images de monuments. » Un de ses élèves l'a répété à sa maman, qui l'a rapporté à mon épouse, qui me l'a dit, et moi, finalement, j'ai compris : « Je cherche quelqu'un qui voyage beaucoup et qui pourrait m'envoyer des cartes postales du monde entier ! » Alors, comme je voyage beaucoup pour mon travail, j'ai envoyé, tous les mois, durant une année scolaire, une carte postale à une classe d'école primaire inconnue. Pour ajouter un peu de mystère, je signais « Professeur D ».

Héléna a utilisé mes cartes postales comme outil pédagogique pour enseigner la géographie. En effet, la carte fait appel à plusieurs sens, ce qui favorise l'apprentissage. À la réception de chaque carte postale, Héléna la lisait à haute voix à sa classe (sens de l'ouïe), ensuite la carte circulait de main en main (sens du toucher) puis elle était affichée sur un planisphère (sens de la vue). On pourrait même ajouter un quatrième sens : celui de l'odorat, car la carte postale a *vraiment* une odeur. Pas seulement celle du voyage ou de l'aventure, mais aussi celle de vieux livres ou d'encres anciennes ! Tous ces sens ne seraient pas autant sollicités par un simple courrier électronique ou un SMS.

La carte postale nous donne des sensations, de l'émotion.

Imaginez ! Imaginez le long voyage que peut faire une carte postale ! Elle peut traverser plusieurs fuseaux horaires, parfois des mers, des

océans, voire plusieurs continents ! Elle arrive un peu froissée, le timbre est un peu corné, l'encre a un peu bavé. Elle porte les *stigmates* de son long voyage. **La carte, c'est à la fois du rêve et de la réalité ! C'est peut-être ça, la poésie.** Je ne suis pas sûr qu'il y ait la même poésie dans une publication sur Facebook ou Instagram. En revanche, la publication publique sur les réseaux sociaux profite à un plus grand nombre…

Le *post* d'une photographie sur les réseaux sociaux est l'illustration souvent sublimée d'un moment vécu et unique. Ce n'est pas le cas de l'illustration au recto de la carte postale : ce cliché n'a rien de personnel, il se peut même qu'il soit inconnu de l'expéditeur. Aujourd'hui, il existe une alternative à la carte postale traditionnelle : grâce à une application, on peut envoyer une carte postale illustrée d'une photographie prise par l'expéditeur lui-même. C'est un joli mélange du charme de la carte postale et de la singularité d'un moment vécu. Cependant, à part la signature, l'écriture n'est pas manuscrite et la carte n'est pas postée de l'endroit où elle a été écrite ; elle ne fera donc pas le même voyage que celui qui l'a signée. Cela enlève un peu de poésie à ce compromis moderne et inventif.

Un dernier mot

La carte postale illustrée date des années 1890. Les lettres, quant à elles, datent de l'Antiquité. La lettre a longtemps été le seul moyen pour les amoureux éloignés de rester en contact, comme en période de guerre. C'est encore le cas aujourd'hui pour certains prisonniers. J'ai d'ailleurs rencontré une femme qui écrivait des lettres d'amour à son mari en prison et qui prêtait ensuite ses lettres à d'autres femmes de prisonniers pour qu'à leur tour elles les envoient à leurs époux.

Connaissez-vous l'histoire de la femme qui attend chaque jour une lettre de son amoureux et qui finit par épouser… son facteur ? C'est un peu ce qui se passe maintenant : l'Homme moderne est pratiquement amoureux de son téléphone portable, devenu celui qui apporte les nouvelles et qui nous relie aux autres.

L'écriture manuscrite est inimitable et incomparable. Un texto atteint rarement la puissance d'une lettre. Une publication sentimentale sur les réseaux sociaux peut paraître impudique alors qu'une lettre

d'amour est rarement choquante. L'écrit a un pouvoir extraordinaire et ambigu : il déclare les guerres et signe la paix, peut faire rire mais également pleurer. Il peut changer des vies !

La carte postale, quant à elle, fait, à mon avis, *toujours* plaisir. Peut-être est-ce parce qu'elle joue sur au moins trois des cinq langages de l'amour selon Gary Chapman[16] ? D'après ce conférencier de renom, il existe cinq langages de l'amour : le mot, le cadeau, le contact physique, le temps de qualité et le service. La carte postale utilise les *mots* ; ils peuvent être réconfortants, affectifs, élogieux, calmes, etc. La carte postale est aussi un *cadeau* sur lequel l'expéditeur a passé du temps, du *temps de qualité*.

Je pense aussi que la carte postale fait toujours plaisir parce que c'est un objet particulier. Il est à la fois très concret, c'est un simple morceau de carton, mais il est aussi très abstrait, dans le sens où il fait rêver et invite au voyage. Si c'était un moment de la journée, la carte se situerait entre le rêve et le réel, dans cet espace-temps où l'on n'est pas tout à fait endormi mais pas tout à fait réveillé non plus : la carte postale a le pouvoir de nous plonger dans un état hypnagogique.

Maintenant, prenez le temps de la réflexion…

Alors, êtes-vous prêt à vous *engager* à écrire davantage à vos proches et, par conséquent, à *peut-être* changer leur vie ?

Si tel est le cas, et si vous en avez *le désir*, je vous invite à signer le « certificat d'engagement » page suivante.

Bernicot J., Goumi A., Bert-Erboul A., Volckaert-Legrier O., « How do skilled and less-skilled spellers write text messages? A longitudinal study of sixth and seventh graders », Journal of Computer Assisted Learning, 2014.

Ibid.

Chapman G., Les langages de l'amour*, Pontault-Combault : Farel, 1997.*

CERTIFICAT D'ENGAGEMENT

n°2

Je soussigné(e) _____

m'engage à :

☐ Écrire, avec un stylo, un mot gentil, un compliment, un remerciement, à une personne que j'aime.

☐ Pendant mes vacances, envoyer plus de cartes postales et moins publier sur les réseaux sociaux.

☐ Autre, précisez : _____

_____

Date et signature : __ / __ / __

Chapitre 3
Et si on parlait aux étrangers ?

« **Voyager, c'est savoir s'arrêter.** »

J'ai lu ce message inscrit en lettres lumineuses orange sur un panneau d'autoroute, au-dessus des voies de circulation. Alors qu'il n'encourageait les automobilistes qu'à ponctuer leur déplacement par des pauses sur les aires de repos, il a été pour moi beaucoup plus profond et bouleversant de vérité ! C'est vrai : « Voyager, c'est savoir s'arrêter ! » Lors d'un voyage en effet, il est essentiel de prendre son temps, de *s'arrêter*, pour observer, sentir, ressentir, pour interroger les autochtones, et par là même, pour *s'interroger,* pour apprendre de l'autre et de soi-même. Cela peut prendre du temps. Du temps… d'arrêt.

« Voyager, c'est savoir s'arrêter. » Y avait-il un philosophe dans la société d'autoroute ? En fait, cette citation est attribuable à Albert t'Serstevens[17], un écrivain de l'aventure qui, selon sa propre définition, allait « *les mains dans les poches regarder les femmes dans les ports, les navires, les matelots, les marchands du monde entier et la mer qui les porte, fier d'être (un) homme libre au sein du vaste monde* ».

Je pense que l'Homme aime savourer sa liberté « au sein du vaste monde » ; l'Homme est un voyageur. C'est dans son ADN. Ça fait au moins soixante mille ans que l'Homme voyage, c'est-à-dire depuis qu'il a quitté son berceau africain ! Les 1 326 millions de touristes internationaux en 2017 dans le monde[18] le prouvent bien !

Mais d'un autre côté, l'Homme s'est aussi sédentarisé il y a un peu plus de dix mille ans ; l'Homme aime son chez-lui, ses pantoufles et son canapé. L'Homme est parfois un peu ours. Un ours moderne qui découvre le monde depuis sa télévision ou son smartphone, par manque de moyens ou de motivation. Un Homme qui croit

comprendre les étrangers sans les avoir côtoyés.

J'aimerais convaincre les plus casaniers d'entre vous d'ouvrir les yeux sur la beauté du monde, même toute proche. Et surtout d'aller le découvrir, par vous-mêmes, pas seulement *via* Internet ou les réseaux sociaux. Pas par procuration. Pas en vous isolant.

J'aimerais vous donner envie de découvrir la *réalité* du monde, sur place ; vous apprendre à la détecter, à l'apprivoiser…

Les aventuriers du troisième âge

Gisèle et Marc forment un couple de jeunes septuagénaires à l'air gai et malicieux. Gisèle est une femme délicieuse ; ses yeux pétillent dès qu'elle parle de voyage. À l'âge de vingt ans, elle est partie pendant deux mois au Pérou, « sans un sou en poche ». Elle a consacré la moitié de sa vie à aider des migrants, en tant que bénévole, et ce à plein temps. Marc, lui, travaillait dans la finance. Malgré sa stature impressionnante et son élégance détachée, il dégage une chaleur communicative qui doit servir lors de leurs voyages.

Lorsque j'ai rencontré Gisèle et Marc, ils revenaient d'un tour du monde : dix pays d'est en ouest, à raison d'une semaine par pays. Et, comme à leur accoutumée : sans passer par une agence de voyages, sans tour-operator sur place, sans réserver d'hôtel, sans préparation… car ils aiment les surprises, l'imprévu, la liberté !

Et sans valise en soute : Gisèle et Marc sont d'authentiques *backpackers* !

Une semaine par pays peut paraître court ; ce n'est pas dans leurs habitudes de rester si peu de temps sur place. Mais cela ne les a pas empêchés de prendre leur temps, de s'imprégner de moments simples comme ils aiment à le faire : observer des enfants qui jouent en riant, des femmes qui marchent avec grâce ou des amis qui discutent de manière enjouée… ils observent la magie de la vie qui les entoure. Ils rendent grâce à un paysage naturel magnifique, s'émerveillent face à une belle construction. Comme t'Serstevens, ils savent s'arrêter pour regarder « le vaste monde ». Ils recherchent le contact. Ils utilisent leur sourire pour briser la glace et entrer en communication avec les gens du coin ; ils savent dire bonjour dans la langue des 81 pays qu'ils ont visités dans leur vie ! **Savoir saluer ses**

hôtes, avec le sourire, c'est un minimum qui ouvre le champ des possibles. Le sourire est un langage universel. Gisèle et Marc cherchent toujours à s'imprégner du pays visité, recherchent l'authenticité, fuient les autres touristes. Ils mangent local, boivent local, s'habillent local. Cela les aide dans leurs découvertes.

Une fois, une *seule* fois, Gisèle est partie avec un *a priori* sur sa destination. Elle devait suivre Marc et s'installer six mois en Californie. Elle, passionnée par l'Asie et par les civilisations anciennes, elle, ancienne militante contre la guerre au Vietnam, comment pourrait-elle aimer les États-Unis ? Pourtant, ses préjugés sont tombés… en 24 heures ! Il n'a suffi que d'une seule journée pour qu'elle devienne amoureuse de la Californie, de ses paysages, de sa douceur de vivre, de sa praticité, et de l'accueil enjoué des Américains. C'est l'un des enseignements qu'ont apporté les voyages à Gisèle et Marc : ne pas avoir d'*a priori*, se faire une idée par soi-même. Ne pas croire aux visions parcellaires que l'on peut voir sur Internet, par exemple sur l'Inde ou sur l'Iran. Ne pas croire non plus aux images d'Épinal véhiculées par les médias sociaux, comme sur Tahiti.

Pour Gisèle et Marc, s'ouvrir à l'inconnu, à la rencontre, est assez facile. **Ne pas craindre l'autre réserve parfois de belles surprises.** Un jour, un anonyme leur a payé leur repas au restaurant en Jordanie ! Un autre jour, en panne sur la route, un homme s'est arrêté et est resté avec eux, sans contrepartie, jusqu'à la réparation finale de leur véhicule… huit heures plus tard !

Comme le dit un conte soufi : « Chacun porte son univers dans son cœur. Celui qui ouvre son cœur change aussi son regard sur les autres. »

Lorsque le touriste aventureux est allé à la rencontre de l'autre, lorsqu'il a eu du plaisir à communiquer avec lui, lorsque l'autochtone n'est plus un inconnu, lorsque l'étranger n'est plus étrange, alors le voyageur comprend que le racisme est incompréhensible. Injustifiable. Inexcusable. La tolérance, que l'on acquiert par le voyage, est la base d'une société équilibrée, bienveillante et respectueuse ; c'est une fondation sur laquelle l'avenir peut se construire.

Je ne pense pas que j'aurais atteint le même niveau de tolérance envers les Hommes si je n'avais pas autant voyagé. Je ne pense pas que j'aurais acquis autant d'humanisme en étant resté sur mon canapé.

Elle me trompe mais je l'aime

La réalité virtuelle simule et trompe. Elle crée un environnement artificiel avec lequel l'utilisateur peut interagir. Les images sont souvent esthétiques, magnifiées. Elles ne représentent pas vraiment la réalité : l'herbe virtuelle est souvent plus verte que nature… la réalité virtuelle permet des rencontres improbables, avec des animaux sauvages par exemple ; elle rend possibles des performances physiques infaisables, telles que voler comme un oiseau ou nager comme une tortue marine. Cette technologie m'impressionne ! La beauté virtuelle en trois dimensions me subjugue ! Malheureusement, la palette d'émotions que me procure la réalité virtuelle est assez pauvre. Avec mes lunettes 3D, je n'ai pas peur face à un éléphant d'Afrique, alors que ça m'est arrivé, *pour de vrai*, en Afrique du Sud, et cela m'a terrifié ! Rencontrer des tortues marines grâce à mes lunettes 3D occasionne une émotion esthétique mémorable mais pas l'exultation que j'ai ressentie dans la *vraie* vie, en Guyane, lorsque j'ai vu des tortues luths ! Même si la réalité virtuelle permet le sens de l'odorat et du toucher, le parfum de la savane est inimitable et sentir les alizés sur son visage n'est pas vraiment reproductible avec un ventilateur.

Pour moi, le voyage virtuel ne doit pas se substituer au *vrai* voyage. Découvrir le monde de façon digitale m'incite à aller le voir sur place, pour de vrai ; cela *provoque* en moi le goût de la découverte, voire de l'aventure…

Bien sûr, pour ceux qui ne peuvent pas se déplacer, quelle qu'en soit la raison, la réalité virtuelle permet de vivre des expériences sensorielles extraordinaires. Elle rapproche les invalides des mobiles, les moins aisés des plus riches, les surmenés des oisifs, les épuisés des vigoureux…

La réalité virtuelle permet aussi la visite de sites magnifiques disparus : le colosse de Rhodes, le temple d'Artémis à Éphèse… elle a une utilité scientifique et éducative, avec une dimension artistique. J'aime ce mélange d'art et de sciences, j'adore ce décloisonnement pédagogique. Art, sciences et culture : je raffole de cette valse à trois temps qui tourne en cercle vertueux.

Écran à cran

À mon avis, découvrir le monde à travers les écrans est paradoxal. La découverte, c'est aller vers l'autre, ce qui semble difficile à travers un écran. Il s'avère même que les écrans isolent…

Une marque alimentaire a mené une expérience[19] pour promouvoir les repas en famille et les résultats qu'elle a obtenus sont surprenants. Quatre familles banales d'aujourd'hui sont filmées. Les enfants sont à table, les yeux rivés sur leur tablette. Autour d'eux, la réalité est modifiée : les tableaux aux murs sont échangés, puis la mère de famille est remplacée par une parfaite inconnue portant les mêmes vêtements, et finalement de faux frères et sœurs, portant la même tenue que les vrais, s'installent à table. Les enfants, sous l'emprise de leur écran, n'ont AUCUNE réaction. Ils n'ont RIEN remarqué. Alors, Internet est coupé, et ce n'est qu'à ce moment-là que les enfants lèvent les yeux de leur écran et découvrent stupéfaits que le monde réel autour d'eux a changé !

Cette expérience a été réalisée sur des enfants mais je pense que l'on aurait eu des résultats similaires avec des adultes ; les enfants n'ont pas le monopole de l'addiction aux écrans.

Les écrans peuvent isoler facilement de la réalité. **Ceux qui cherchent à s'évader grâce aux médias sociaux, en réalité, s'enferment.** L'addict à la tablette ne voit plus la réalité qui l'entoure, il ne connaît même plus les codes sociaux de son propre pays[20] ! Comment peut-il alors apprendre du *dépaysement* ?

L'écran peut être une drogue. Je pense que c'est aussi un prisme qui, comme avec la lumière, décompose la réalité, la déforme, la corrige, change sa couleur, la dévie, la disperse ou la polarise.

Avez-vous déjà remarqué que, lorsque l'on connaît la vérité d'une information, parce qu'on l'a vécue ou parce que l'on est un expert du sujet, on s'aperçoit que telle qu'elle apparaît sur les écrans, elle est parfois infidèle à la réalité ? Cette information peut être approximative, parcellaire, voire modifiée ou erronée, ou bien encore traitée selon un seul angle, survolant ou occultant certains aspects essentiels, et tout cela pas forcément sciemment.

Quant à nous, très honnêtement, nos publications sur les réseaux sociaux reflètent-elles *toujours* l'exacte vérité ou sont-elles parfois une romance, une réalité *augmentée* ?

En gardant à l'esprit cette notion de réalité *augmentée*, en mettant de la distance entre nous et l'écran, car l'écran n'est qu'un prisme, nous pourrons alors éviter les peurs sans véritable fondement, nous

nous mettrons moins souvent en colère, nous serons moins tristes et dégoûtés par l'actualité. Nos envies, nos jalousies, nos frustrations n'auront plus lieu d'être, car elles sont basées sur du virtuel, sur une réalité qui n'existe peut-être pas, ou en tout cas pas telle qu'elle apparaît sur Internet.

Évidemment, Internet n'a pas l'exclusivité du mensonge. Moi-même, est-ce que je dis toujours la vérité ?

Est-ce que j'écris toujours la vérité ?

Pendant toute une année scolaire, lors de mes voyages, j'ai envoyé des cartes postales à une classe d'école primaire. Sur ces cartes, je décrivais l'école du pays dans lequel j'étais, après avoir interrogé quelques autochtones : mon voisin de table au restaurant, une caissière au supermarché, le concierge de l'hôtel… c'est étonnant : ni les élèves ni leur institutrice n'ont jamais douté de la véracité de ce que je leur écrivais, comme si les informations recueillies oralement, directement auprès des habitants, sur place, étaient forcément la vérité…

À la fin de l'année scolaire, j'ai moi-même voulu vérifier ces informations sur Internet. Le résultat de mes recherches m'a stupéfié : à plusieurs reprises, je n'ai pas retrouvé l'information sur Internet. Je ne dis pas qu'elle n'y était pas quelque part, mais personnellement, je ne l'ai pas trouvée. Et quel dommage ! Car il peut s'agir d'informations intéressantes, voire innovantes.

Par exemple, je n'ai pas vu sur Internet qu'en République tchèque, les élèves ont un cours de 45 minutes puis font une pause de 15 minutes, et ainsi de suite. Cela a l'air de bien fonctionner !

Je n'ai pas vu sur Internet que sur les îles Shetland, en hiver, les enfants vont à l'école plus tard et quittent plus tôt. Je trouve que c'est une bonne idée d'adapter les rythmes scolaires aux saisons ; de permettre aux enfants de profiter de la lumière du jour en hiver.

De façon plus anecdotique, je n'ai pas vu sur Internet qu'au nord de la Suède, les enfants vont en récréation dehors jusqu'à -15 °C !

Le monde digital n'est qu'une image réduite et incomplète du monde réel. Il est bon de voyager pour de vrai afin de s'en rendre

compte, et de peut-être voyager différemment…

Qui veut voyager loin ?

Le voyage consumériste et individualiste se ringardise. De nouvelles destinations, misant notamment sur l'écotourisme et la culture, apparaissent, comme le Togo et la Géorgie[21]. Les voyageurs cherchent de plus en plus du *sens* à leurs déplacements. Le voyage *pour de vrai*, pas celui depuis son canapé, permet un accès à une culture insoupçonnée et confidentielle. Après le « Grand Tour » des jeunes aristocrates du XVIIIe siècle pour parfaire leur éducation et leur culture, le voyage du XXIe siècle redevient initiatique et, manifestement, n'est plus l'apanage de l'aristocratie.

La crise de la Covid-19 a mis entre parenthèses la plupart des voyages internationaux. L'absence des touristes a fait revenir les tortues luths sur les plages de Thaïlande22 ! Si seulement cette crise pouvait profiter à la nature et permettre une prise de conscience des effets dévastateurs du tourisme de masse ! Une fois la crise passée, la vraie limite du voyage ne sera plus d'ordre sanitaire mais deviendra plus que jamais écologique.

Nous le savons : l'avion n'est pas un moyen de transport écologique. Gisèle et Marc me l'ont dit, ils ont « honte de leur empreinte carbone ». Mais il est difficile d'aller très loin en train… en même temps, ce n'est pas la peine d'aller très loin pour explorer le monde. En France, nous avons de la chance : il suffit de quelques centaines de kilomètres pour découvrir une autre région, un autre pays, un autre accent, une autre langue, un autre terroir, une autre gastronomie, un autre climat, une autre nature, une autre culture…

On peut voyager sans aller bien loin. Le voyage n'est pas seulement un déplacement ; c'est surtout une belle exploration par soi-même, une lente découverte de la réalité du monde, une ouverture sur l'autre et sur son environnement.

Le voyage, c'est une succession de kifs, des instants agréables pour lesquels on éprouve de la gratitude, des moments authentiques et précieux, impossibles dans le monde digital. En voici quelques-uns, laissez-vous aller…

Dormir dans la jungle

Voguer sur un fjord
Déguster une pizza à Naples
Offrir un café
Flâner à Paris
Observer les macareux
Prier à Rome
Regarder les enfants jouer sur une plage
Marcher dans la brume au printemps
Rire avec des inconnus
Admirer la statue de la Liberté
Discuter avec des comédiens
Jouer avec son ombre
Se réchauffer près d'un feu
Penser à l'infini face à la mer
Respirer le parfum d'une rose
S'allonger sur un rocher en été
Manger une gaufre à Liège
Marcher dans la neige avec des bottes
Observer une girafe dans la savane
Savourer l'immensité du ciel africain
Voir un arc-en-ciel en entier
Rencontrer des dauphins Hector
Aller sous la tour Eiffel
Regarder les vagues du vent dans le blé
Humer l'odeur de l'iode
Écouter des chants tibétains
Être témoin d'un amour naissant
Se laisser surprendre par un coucher de soleil
Arroser son jardin
Se coucher dans la paille
Plonger dans l'océan
Frémir à la pleine lune
Shooter dans un tas de feuilles en automne
Mettre des bougies sur une table à Noël
Se promener le long d'une rivière
Faire peur aux pigeons
Manger avec des baguettes
S'abriter pendant un orage
Jouer la comédie
Randonner en famille
Aller à l'opéra
Monter en haut d'une tour
Courir la nuit
Cueillir des fleurs
Etc.

Maintenant, prenez le temps de la réflexion…

Alors, êtes-vous prêt à vous *engager* à explorer le monde davantage

par vous-même et moins *via* Internet ?

Êtes-vous prêt à « parler aux étrangers » ?

Si tel est le cas, et si vous en avez *l'élan*, je vous invite à signer le « certificat d'engagement » page suivante.

t'Servestevens A., Flâneries dans Istanbul et ses entours*, Paris : Albin Michel, 1973.*

United Nations World Tourism Organization, « Tourism Highlights 2018 Edition », 22 août 2018. https://www.unwto.org/global/publication/unwto-tourism-highlights-2018

de la Mornais L., Filipi A., Kalmus L., Grand format : quand les écrans sont une drogue*, France 2, janvier 2018.*

Ibid.

United Nations World Tourism Organization, op. cit.

Jessica, « Du jamais vu depuis 20 ans : des tortues luth viennent pondre en masse en Thaïlande », Alibabuy, 2020. https://www.alibabuy.com/actualite/thailande/15789-jamais-depuis-tortues-luth-viennent-pondre-masse-thailande.html

CERTIFICAT D'ENGAGEMENT

n°3

Je soussigné(e) _____

m'engage à :

☐ Voyager davantage, pas forcément bien loin, pour découvrir la réalité du monde par moi-même et moins par les écrans.

☐ Prendre le temps de m'arrêter pour pouvoir discuter avec des personnes du coin, et détecter la beauté d'un endroit, surtout si elle n'est pas évidente.

☐ Autre, précisez : _____

_____

Date et signature : __ / __ / __

Chapitre 4
Kiffer son job au troisième millénaire

Huit secondes.

C'est notre capacité d'attention.

C'est neuf secondes pour le poisson rouge. La capacité d'attention de l'être humain est plus faible que celle d'un poisson !

Notre capacité d'attention était de douze secondes en l'an 2000. Elle diminue à mesure que l'usage du numérique et des réseaux sociaux augmente. Et ce sont les jeunes adultes les plus concernés par cette baisse[23] !

Ces jeunes adultes appartiennent à la génération Y, une génération peut-être inattentive mais surtout extraordinairement vive, une génération zapping, sachant passer d'un point à l'autre à toute vitesse, pouvant évaluer en un éclair si un sujet mérite de l'attention… ou non. Une génération qui sait ce qu'elle veut, ou plutôt ce qu'elle ne veut pas.

Je me suis demandé si cette génération si vive, mais aussi si inattentive, réussissait à survivre à la vie de bureau, si les jeunes cols blancs supportaient les réunions interminables, les procédures austères et les prises de décisions poussives de leurs aînés…

Ils m'ont étonné.

Sensés et sans-soucis

Anne et Nicolas ont tous les deux à peine vingt-cinq ans. Ils

travaillent en tant que gestionnaires, elle dans une grande entreprise du CAC40, lui dans une PME. Ils forment un joli petit couple, au sens propre et affectueux du terme « petit ».

J'ai été frappé par leur maturité, leur prise de hauteur face à leur travail et à leur mission dans leurs entreprises respectives. Contrairement à leurs aînés, ils ne travaillent jamais le week-end ni très tard le soir, car pour Nicolas, « il n'y a aucun intérêt à le faire ». Ce que leurs parents n'ont pas encore tout à fait compris, eux, ils le savent déjà, presque intuitivement : leur vie ne se résumera jamais à « métro, boulot, dodo ».

J'ai également l'impression que rien ne dérange vraiment ces jeunes salariés du tertiaire : traiter des dizaines d'*e-mails* par jour, voire une centaine, ne les affole pas, car ils sont habitués à recevoir tous les jours des centaines de messages ou de notifications sur leur téléphone portable ; se réunir virtuellement, à distance, avec ou sans vidéo, ne les déstabilise pas, car ils pratiquent *FaceTime*, ou un équivalent, depuis toujours ; travailler dans un *open space* ne les incommode pas, eux qui n'ont jamais connu le confort d'un bureau individuel.

Bref, ils kiffent leur job, sinon, ils le quitteraient.

Bref, ils sont heureux. Ou peut-être ont-ils juste l'insouciance de leur jeunesse ?

Ce qui ne les dérange pas, moi au contraire cela me dépite ; par exemple, les *e-mails* m'irritent…

Les e-mails m'em… !

Quand j'ai commencé à travailler, c'était le début des PC, d'internet et de la messagerie électronique. J'ai très peu connu l'époque des courriers papier, l'époque où il fallait quatre jours pour obtenir une réponse écrite à une question simple. Quand la messagerie électronique a été lancée dans mon entreprise, une grosse industrie, j'ai reçu en cadeau un stylo bille sur lequel ce message était gravé : « Utilisez l'*e-mail* plutôt que moi. » En effet, à cette époque, la direction *incitait* les employés à s'envoyer des *e-mails*.

Aujourd'hui, c'est différent ; l'usage de la messagerie électronique

est quasiment hors de contrôle. Personnellement, je reçois « seulement » une trentaine de courriels par jour. Je suis bien en dessous de la moyenne mondiale, qui est de quatre-vingt-seize[24]. Cela signifie-t-il que je ne suis pas *important* ? Si on m'écrit peu, est-ce parce que je ne suis pas *indispensable* ? En effet, il semblerait que le nombre de courriels reçus par jour soit un signe extérieur de grandeur, de prestige, d'autorité, un peu comme le nombre de fenêtres à son bureau ou la hauteur de son étage dans une tour de La Défense.

Il existe souvent un équilibre instable entre le nombre de courriels reçus et le nombre maximal de courriels gérables par jour. Le moindre retard dans cette gestion peut provoquer le débordement de sa boîte aux lettres, entraîner une inondation, voire déclencher un tsunami. Si bien que certaines personnes se sentent *obligées* de se connecter pendant leurs vacances… pour éponger. Elles bravent ainsi leur « droit à la déconnexion ». En France, la loi Travail du 21 juillet 2016 mentionne ce droit. Il s'agit d'une première en Europe. Ce « droit à la déconnexion » permet aux salariés de mieux concilier leur vie privée avec leur vie professionnelle, en les autorisant à *ne pas* utiliser leurs outils professionnels de communication numérique en dehors de leurs horaires de travail. Cela lutterait notamment contre les risques de surmenage. Il est vrai que les *e-mails* reçus le week-end exercent une pression presque inconsciente sur les travailleurs.

Traiter ses *e-mails* occupe les cadres 5,6 heures par jour en France et 6,3 heures aux États-Unis[25]. Comme si, **actuellement, *travailler* dans une entreprise est synonyme de « lire ses *e-mails* ».**

Près de la moitié des salariés français sont interrompus dans leur travail par un courrier électronique, et ce toutes les dix minutes. Or une fois dérangé, le salarié met plus d'une minute à se reconcentrer[26].

C'est indéniable et quasi général : les *e-mails* nous em… en tout cas, moi, ils me crispent. C'est pourquoi je ne consulte ma messagerie professionnelle que deux fois par jour. Cela vous choque ?

Comment arrêter une invasion de courriels ?

J'ai fait la connaissance de Thomas lors d'un voyage professionnel en

avion. Nous étions assis l'un à côté de l'autre. Nous avons discuté spontanément de nos professions.

Thomas est cadre supérieur dans une grande entreprise du bâtiment. À moins de trente ans, il se laisse parfois envahir par son travail, ses collaborateurs, et même… sa messagerie électronique !

Alors Thomas a eu une bonne idée.

Il a expliqué poliment aux personnes qui lui écrivaient un peu trop qu'il recevait *beaucoup* d'*e-mails* et qu'il lui était *impossible* de les lire *tous* en un temps convenable. Il leur a précisé que le mettre *systématiquement* en copie d'un message ne signifiait pas forcément qu'il était au courant de son contenu. Par conséquent, qu'il était préférable de le mettre en copie uniquement *si nécessaire*. Et surtout, qu'il préférait une rapide conversation plutôt qu'un courriel qui se noierait dans sa boîte de réception.

Et le nombre de ses courriels reçus a diminué comme par magie.

Maintenant, Thomas peut discerner *l'urgence* de *l'importance*. Il est plus efficace, il a plus de temps pour l'essentiel et peut se consacrer avec attention, sans distraction, à sa mission.

Sinon, pour *recevoir* moins d'*e-mails*, on peut aussi commencer par en *écrire* moins…

Mon étiquette ne colle pas

J'adore écrire : des lettres, des rapports, des conférences… mais je n'aime pas trop écrire des courriers électroniques ! J'ai remarqué que lorsque l'on écrit un message électronique en français, il y a des codes à respecter, une sorte « d'étiquette » moderne que je ne connais pas encore parfaitement. Cela crée parfois des malentendus, voire des conflits. Certains de mes destinataires font de mauvaises interprétations et ne me répondent pas, ce qui m'attriste. Par exemple, si je commence un courriel par « Cher », ils m'accusent de mépris. D'autres n'apprécient pas le point d'exclamation après un « Bonjour ! » et me croient en colère. Une fois, un collaborateur m'a même reproché un « SVP » en lettres capitales, car cela rendait mon « s'il vous plaît » sarcastique !

Dorénavant, j'essaye de faire attention à ce que j'écris. À tort ou à

raison. C'est délicat d'écrire des *e-mails* dans le monde de l'entreprise ; c'est finalement beaucoup plus facile de se rencontrer, « pour de vrai ». Surtout lorsque l'on est dans le même espace de travail…

Un espace ouvert et contre tous

En 2018, une étude[27] menée par la *Harvard Business School* et la *Harvard University* a montré qu'après trois semaines en *open space*, le nombre d'*e-mails* envoyés augmentait de 56 % et ceux reçus de 20 %. Les interactions en face-à-face diminuaient quant à elles de 72 %.

Dans ces espaces ouverts, les interactions réelles étant en nette diminution, elles sont d'autant plus appréciées. En général, les collaborateurs d'une entreprise apprécient lorsqu'un collègue se déplace *exprès* pour aller les voir, comme si cela nécessitait un *effort*. Alors que se déplacer n'est pas vraiment un effort ; pour moi, cela aère l'esprit et est, en définitive, souvent plus rapide et efficace qu'un long *e-mail*. De plus, cela réduit le risque de mauvaise interprétation du courriel. L'une des difficultés pour une rencontre *de visu* est de tenir compte des jours de télétravail de ses collègues…

D'un côté, le télétravail est une formidable invention : il permet une baisse des coûts en termes de locaux, de chauffage, d'électricité, une indépendance du salarié par rapport aux transports, et plus d'autonomie et d'efficacité pour une meilleure productivité. Sans oublier une amélioration du bien-être général du télétravailleur[28]. Le télétravail permet aussi de limiter la propagation des virus…

Mais d'un autre côté, quelle frustration de ne plus se voir en chair et en os !

Avec le télétravail, il est plus difficile de se rencontrer « pour de vrai » alors que cela est crucial. Comme l'a dit Aristote, *« l'Homme est un animal social »*, les êtres humains ont *besoin* de se voir, *réellement*, de se retrouver, de se parler ; ils ont *besoin* de contacts. Pour certaines personnes, le travail est parfois leur seul lien social et le voilà menacé.

De plus, l'*open space* n'est pas le meilleur endroit pour créer du lien. Par rapport à la vie de bureaux « cloisonnés », avec des murs et des

portes, je remarque qu'il y a moins d'ambiance, moins de discussions informelles, moins d'apartés, moins de partage, moins de contacts humains. Certes, l'espace de travail ouvert est symbole de transparence, de déhiérarchisation et permet une baisse des coûts, mais au prix d'une sensation d'isolement parmi les autres.

Je me sens seul parmi les autres ; n'est-ce pas paradoxal, inique, douloureux ?

Il est temps de se ré-unir.

La réunion, un territoire semi-désertique

Avant la crise de la Covid-19, lorsque j'organisais une réunion avec des personnes de mon bureau, il s'agissait rarement d'une véritable réunion en face-à-face. C'était plutôt une combinaison entre une réunion « pour de vrai » et une télé ou visioconférence. Il était en effet quasiment impossible que tous les invités fussent là, physiquement, autour de la table…

Il y avait ceux qui étaient en télétravail.

Il y avait ceux qui ne faisaient plus l'effort de se déplacer et se connectaient depuis leur *open space*, sachant que, de toute façon, peu de personnes seraient là physiquement.

Il y avait ceux qui avaient « d'autres choses à faire » *pendant* la réunion (comme « lire leurs *e-mails* », *sic*).

Il y avait même ceux qui préféraient intervenir à distance pour des raisons de mésentente avec certains invités.

Affligeant…

Lorsque j'organise une réunion par visioconférence, il me manque une part de communication non verbale de la part des participants : je ne peux pas décrypter toutes leurs postures, capter tous leurs regards ; il m'est donc difficile d'entendre les non-dits… quand tous les invités sont présents en personne, les interactions sont plus riches, les débats plus animés, les idées en résultant meilleures et plus nombreuses ; il y a davantage de *complicité*.

De même, lorsque j'anime une formation à distance, je déteste que

ce soit par simple conférence téléphonique, car j'ai l'impression de monologuer face au vide. J'insiste pour que ce soit une visioconférence, même si certains participants en télétravail hésitent à allumer leur caméra, de peur de dévoiler l'intimité de leur intérieur. Pourtant, j'adore les voir sourire, rire, hocher la tête et s'agiter… cela me motive ! Cela participe au succès de la formation, car j'ai besoin d'être en lien avec mes apprenants ; car, eux, ont besoin de mon empathie.

Déformation à distance

Grâce à Internet, au haut débit, aux smartphones, il existe de nouvelles façons d'enseigner et d'apprendre. Aujourd'hui, les formations peuvent se faire « en ligne » grâce à des sites Web pédagogiques, des forums de discussion, des logiciels éducatifs, des tutoriels, etc. Les limites de l'*e-learning* sont presque infinies.

L'*e-learning* a permis de démocratiser l'accès à la formation. Il s'affranchit des coûts de transport des apprenants. Il est économique pour lancer des formations à grande échelle, c'est-à-dire à partir d'une centaine de personnes[29]. C'est pourquoi l'*e-learning* est très utilisé dans les grandes entreprises.

C'est aussi une façon agile de se former, car il permet une certaine flexibilité au niveau du temps : l'apprenant peut décider lui-même du moment le plus opportun pour suivre une formation.

C'est enfin grâce à la formation à distance que les jeunes continuent leur scolarité pendant les confinements.

Cependant, **le grand absent de l'*e-learning*, c'est le formateur**, ou plus précisément la présence *physique* du formateur. Il n'est pas là pour repérer l'apprenant qui a des difficultés de compréhension, il ne peut pas lui réexpliquer en adaptant son « andragogie[30] ». Il n'est pas là pour susciter *l'adhésion* de l'apprenant à la formation et modifier, si nécessaire, sa stratégie et ses ressources éducatives.

À mon avis, si l'apprenant est seul face à son ordinateur, il est *essentiel* qu'il puisse interagir, d'une façon ou d'une autre, avec un formateur, un tuteur ou bien qu'il puisse prendre part à un forum de discussion. L'apprenant doit pouvoir échanger avec ses pairs comme il le ferait en formation présentielle ; il doit y avoir ce partage

d'expériences informel et spontané qui participe au processus d'apprentissage. L'approche collaborative est cruciale.

La formation 100 % en ligne est une solution plus qu'intéressante, mais pour moi, ce n'est pas la panacée… il existe une autre solution : le *blended learning*[31].

Mélanger réalité et numérique est pour moi la meilleure tendance de l'entreprise d'aujourd'hui. Mais comment va évoluer le monde de l'entreprise dans le futur ?

Comment travaillera-t-on en 2050 ?

Permettez-moi de rêver…

La vie de bureau en 2050 devra répondre aux besoins des générations Y et Z, ces générations nées avec une souris dans la main ou un écouteur de smartphone à l'oreille, mais bien conscientes qu'il s'agit d'un fil à leur patte. Des générations éclairées, connectées et surtout mobiles. Par conséquent, leur vie de « bureau » ne se fera pas essentiellement au « bureau ».

S'il ne travaille pas depuis son domicile, le lieu de travail du salarié du futur sera toujours à moins de vingt minutes à vélo de son lieu d'habitation : il pourra s'agir d'un espace de travail partagé ou encore d'un *corner* au sein d'une autre entreprise, le loyer pouvant être payé en troc. Le lieu de travail de l'employé de bureau de 2050 pourra être aussi une sorte de « point relais de travail », où quelques salariés d'une même compagnie se retrouveront, entre eux, dans une petite structure toute proche de leur domicile. L'intérieur comme l'extérieur de ces « points relais » seront décorés selon les goûts de ceux qui les utiliseront ; il y aura des plantes, des œuvres d'art ; ce sera joyeux et coloré… ces points relais seront donc singuliers et uniques, à l'image de leurs occupants, et disposeront d'un jardin et d'arbres fruitiers en libre-service.

Le déjeuner, préparé à base de produits locaux, sera pris en commun et gratuit. En effet, l'entreprise revendiquera des valeurs familiales et il paraîtra alors inenvisageable à une compagnie de faire payer son repas à un membre de sa « famille ». De même, des activités sociales et fédératrices seront organisées au moins deux fois par mois : l'une concernera l'aide, par les salariés, sur leur temps de

travail, d'associations philanthropiques locales, et l'autre consistera en un *after work* festif entre collègues, avec conjoints et enfants, comme une grande réunion de famille ! Même facultatives, ces activités connaîtront beaucoup de succès.

Les générations Y et Z respectent la hiérarchie mais ne la craignent pas. Deux générations biberonnées au « tu » d'internet ne pratiqueront guère le vouvoiement en 2050 : peu de « vous », mais aussi peu de « merci » et de « s'il te plaît ». Pas de galanterie, peu de politesse *affichée* mais un respect authentique entre tous les employés, un respect sans hypocrisie, et un discours franc qui pourra déplaire mais jamais blesser. Chacun aura la parole pour apporter de nouvelles idées, chacun sera acteur de l'innovation, chacun prendra des initiatives. Il n'y aura pas vraiment de managers dans l'entreprise de demain, mais plutôt des coachs, des mentors, et il n'y aura pas une grande différence de salaire entre mentors et mentorés. Le travail ne sera pas contrôlé, car chacun agira selon ses compétences et ses envies, chacun se sentira *impliqué* dans un projet commun et chacun œuvrera, en toute *liberté*, au succès de ce projet auquel il croit. Si un employé n'adhère pas au projet, alors il pourra partir très facilement, sans devoir se justifier, ou il sera remercié avec autant de facilité et sans aucune brutalité. Son remplacement sera tout aussi aisé, réalisé en quelques heures, en partie grâce à l'utilisation de l'intelligence artificielle dans le recrutement. D'ailleurs, sachant que l'IA supplantera l'Homme dans d'innombrables domaines, les travailleurs seront embauchés davantage sur des critères de savoir-*être* que sur leur savoir-*faire*, davantage sur leur réseau que sur leur cerveau, davantage sur leur quotient émotionnel que sur leur quotient intellectuel. L'employé de demain, traité comme un membre de la famille, restera dans l'entreprise parce qu'il s'y sent bien, et ne la quittera, encouragé par ses pairs, que pour mieux déployer ses ailes ailleurs.

Avec l'obligation légale d'avoir dans ses effectifs au moins 10 % de réfugiés climatiques, l'ambiance au bureau sera internationale et le *dress code* inexistant. Voile, sandalettes et veste en tweed se côtoieront dans un joyeux mélange coloré ! À cette bonne humeur s'ajoutera la présence apaisante d'animaux de compagnie tels que chats, chiens, perroquets, présence encouragée par le ministère de la Santé et du Travail. Outre leur effet antistress, ces animaux seront dressés à détecter certaines maladies telles que l'épilepsie, le cancer et le *burn-out*, avant les premiers symptômes.

Les progrès de la médecine et de la psychologie auront des conséquences sur la journée type au bureau. La charge, le style ainsi

que les horaires de travail seront personnalisés au salarié, selon sa propre horloge biologique, son âge, sa charge mentale et aussi… les saisons. De plus, pour le bien-être des travailleurs et une meilleure productivité, la méditation sur le lieu de travail, la sieste postprandiale ou la promenade digestive seront fortement encouragées.

Les formations seront également faites sur mesure et se consacreront pour moitié au savoir-être, à la bienveillance et à la communication non violente.

Enfin, les réunions feront toutes moins de trente minutes… mais à ce stade, ce n'est peut-être plus un rêve mais bien une utopie.

Nous sommes des grenouilles

Connaissez-vous la fable de la grenouille ? Il s'agit plutôt d'une allégorie illustrant *l'habituation*.

C'est l'histoire d'une grenouille qui doit être cuite vivante dans une casserole d'eau bouillante, un peu comme un tourteau. Le problème, c'est que la grenouille ne se laisse pas faire et dès qu'elle sent l'eau brûlante, elle s'échappe. Alors, les personnes qui veulent la cuire vivante ont une idée : elles placent la grenouille dans une casserole d'eau froide. Là, elle se sent bien, comme un coq en pâte. Puis elles augmentent petit à petit la température de l'eau. D'abord, la grenouille ne remarque rien, puis elle s'habitue à la tiédeur de l'eau, elle est à l'aise, c'est presque agréable, mais quand l'eau devient trop chaude, c'est trop tard : elle n'a plus d'énergie pour s'échapper. Elle l'a utilisée, sans s'en apercevoir, pour s'habituer à la chaleur de l'eau. Elle finit alors par mourir ébouillantée !

Nous sommes tous des grenouilles. Nous nous habituons, sans nous en rendre compte, à un monde professionnel de plus en plus déshumanisé. Ce n'est pas une simple histoire d'*e-mails* sans lecteurs, de réunions sans personne, de formations sans formateur, d'*open space* sans intimité ou de télétravail sans proximité… il s'agit d'un monde qui évolue doucement, d'une eau froide qui commence à tiédir, qui devient presque agréable. Il s'agit d'un monde où l'absence de rencontre ne dérange plus, l'absence de discussion *de visu* ne choque plus, l'absence de camaraderie ne gêne plus. Mais ne nous habituons pas à cette tiédeur, à cette dangereuse chaleur, car

un jour, l'eau finira par bouillir et cela deviendra insupportable.

Maintenant, prenez le temps de la réflexion…

Alors, êtes-vous prêt à vous *engager* pour un changement dans votre vie professionnelle ?

Si tel est le cas, et si vous en avez *l'envie*, je vous invite à signer le « certificat d'engagement » page suivante.

Capacité d'attention, Microsoft Canada, 2015. https://www.infopresse.com/Uploads/files/Microsoft_%C3%89tude%20d%C3%A9ficit%20de%20l'attention.PDF

Email Statistics Report, 2015-2019, The Radicati Group, Inc. https://www.radicati.com/wp/wp-content/uploads/2015/02/Email-Statistics-Report-2015-2019-Executive-Summary.pdf

Les chiffres 2020 de l'e-mail. Arobase, 2020. https://www.arobase.org/actu/chiffres-email.htm

de la Rupuelle G., Fatoux F., Pour un meilleur usage de la messagerie électronique dans les entreprises*, Observatoire sur la Responsabilité Sociale de l'Entreprise, 2011.*

Bernstein E., Turban S., « The impact of the "open" workspace on human collaboration », Philosophical transactions of the royal society B, 373 (2018). https://royalsocietypublishing.org/doi/pdf/10.1098/rstb.2017.0239

Championnet A., « Les chiffres du télétravail en 2016 ! », Cabinet Kronos (blogue), 27 juillet 2016. http://blog.kronos.fr/les-chiffres-clefs-du-teletravail-en-2016/

« Cost-effectiveness E-Learning », dans Wikipédia, 2010, consulté le 30 mai 2020. https://fr.m.wikipedia.org/wiki/Fichier:Kosteneffizienz_E-Learning.png

Pédagogie de l'adulte.

Alternance ingénieuse de formations en ligne et en présentiel. Ainsi, les avantages des deux méthodes sont réunis et concentrés ; cela apporte un peu de réalité dans un programme tout numérique.

CERTIFICAT D'ENGAGEMENT

n°4

Je soussigné(e) _____

m'engage à :

☐ Me connecter à ma messagerie professionnelle environ deux fois par jour et non en continu.

☐ Privilégier le contact humain avec mes collègues quand cela est possible et judicieux.

☐ Autre, précisez : _____

_____

Date et signature : __ / __ / __

Chapitre 5
L'amour est dans l'à peu près

Avez-vous un clitoris ?

En connaissez-vous la fonction ?

Si vous êtes une femme, la réponse à la première question est oui : vous avez un clitoris. Et vous en connaissez certainement la fonction. Pourtant, une jeune fille de 15 ans sur 4 ignore qu'elle a un clitoris. Plus étonnant encore, 68 % des garçons et davantage de filles (83 %) de 13 à 15 ans n'en connaissent pas la fonction[32].

Comment cette méconnaissance est-elle possible, aujourd'hui, à l'heure d'internet et des forums de discussion ?

Qui éduque la jeunesse sur sa sexualité, qui l'informe ou la mésinforme ?

Et l'Amour dans tout cela ?

Une ignorance sans nom

Ne pas savoir mettre de nom sur l'organe féminin du plaisir n'est pas seulement anecdotique ; c'est la marque d'une ignorance genrée, c'est le signe d'une éducation sexuelle médiocre, c'est la preuve d'une difficulté à communiquer sur l'intime. Une autre conséquence de cette difficulté, encore plus tragique, est le relâchement de l'usage du préservatif. Un étudiant sur 3 déclare ne jamais en porter[33]. Le résultat est sans appel : nous assistons à la recrudescence d'infections sexuellement transmissibles. La syphilis

par exemple, qui avait quasiment disparu, réapparaît[34].

Selon la loi Aubry-Guigou du 4 juillet 2001, une éducation à la sexualité doit être dispensée dans les écoles, les collèges et les lycées à raison d'au moins trois séances annuelles. Dans les faits, un quart des écoles déclare n'avoir rien mis en place[35]. Sachant qu'il s'agit d'autodéclarations, il se peut que ce ne soit que la partie émergée de l'iceberg.

Je trouve cela déplorable, d'autant plus que les programmes de préventions en santé sexuelle améliorent *réellement* les connaissances des jeunes en la matière et diminuent leurs comportements à risque. En Martinique, ces séances de prévention ont augmenté dans les établissements scolaires au cours de ces quinze dernières années[36]. Par conséquent, les lycéens comprennent mieux la contraception et le nombre de grossesses précoces a diminué. Cependant, ces programmes d'éducation sexuelle demeurent insuffisants et la compréhension par les jeunes femmes de leur propre physiologie de la reproduction, c'est-à-dire les règles, l'ovulation, le cycle menstruel, est décevante : en 2017, seules trois lycéennes sur 10 connaissaient ces sujets. Chez les jeunes hommes, ils n'étaient qu'un sur 10…

Alors pourquoi ?

Pourquoi la sexualité reste-t-elle le parent pauvre de l'Éducation nationale ? Pourquoi les enseignants sont-ils si peu formés à l'éducation sexuelle ? Pourquoi, lorsqu'elle est en place, l'éducation à la sexualité est-elle souvent déplorable, concentrée sur la science de la reproduction, à l'approche sanitaire, voire moralisatrice ? Pourquoi n'aborde-t-elle pas plus profondément les notions de respect, d'amour, de plaisir, d'épanouissement personnel, ou les violences sexistes ? Pourquoi l'orientation sexuelle est-elle à peine effleurée[37] ?

Est-ce par manque de temps ? De ressources ? De *compréhension du besoin* ?

En France, la sexualité des jeunes n'est pas vraiment reconnue, elle reste taboue, elle n'existe pas. Cela se traduit par une difficulté à en parler sereinement et de façon équilibrée[38]. La jeune fille n'a pas de clitoris. Le jeune homme n'a pas d'érection. Le jeune n'a pas de désir. Le jeune n'est pas homosexuel. Le jeune n'a pas de relation sexuelle. Son lit ne sert qu'à dormir. Le jeune ne se masturbe pas. Le jeune ne suce pas, ne sodomise pas. Le jeune est trop jeune pour penser à « ça ». Le jeune est toujours vierge. Le jeune est asexué.

Pourtant, l'adolescent est en *attente* d'éducation à la sexualité[39] ! Il crie son besoin de comprendre ce qui se passe dans son corps, dans son cœur et dans son bas-ventre ! Il suffit de tendre un peu l'oreille pour l'entendre…

Force est de constater que les adolescents ne peuvent pas se tourner vers leurs enseignants pour trouver des réponses à leurs questions sur ce sujet. En 2001, ils se tournaient en premier lieu vers leurs amis, puis vers Internet[40]. Depuis 2011, la tendance s'est inversée : leur première source de réponses à leurs questions sur la sexualité est Internet, puis viennent les amis[41]. Leurs questions inondent les forums, submergent les réseaux. Les jeunes ont *besoin* de réponses.

Malheureusement, face à la quantité de données disponibles sur Internet, le jeune peut avoir accès à des informations erronées ou normatives.

Les nouvelles technologies de mésinformation

Selon l'Organisation mondiale de la santé, une bonne partie des informations concernant la sexualité et provenant d'internet est « *dénaturée, incohérente, non réaliste et souvent humiliante, en particulier pour les femmes*[42] ».

Il est très facile de poser une question sur Internet, sur un forum de discussion par exemple. L'anonymat semble protéger la personne à l'origine de la question ; elle n'a pas honte de sa demande d'information, elle peut être franche, sans filtre. Personne ne pourra la reconnaître ni la juger dans la vraie vie. Elle aura des réponses rapidement. Des réponses d'un plus grand nombre, ce qui peut lui laisser croire qu'elles seront exactes.

Voici un exemple de question posée sur un forum médical[43]. Attention, c'est choquant.

« Bonjour, j'ai 13 ans et ça fait 7 mois que je sors avec un garçon du même âge. Il était à fond pour tout ce qui était préliminaires, au début, et j'hésitais beaucoup et à force, j'ai dit oui. Puis, il n'y a pas longtemps, il m'a dit : "Mets-toi à quatre pattes et ferme les yeux". J'ai cru que c'était un préliminaire tout simple mais non, il a commencé à me sodomiser, ensuite j'ai commencé à crier et il a arrêté. (…) Est-ce

que c'est un viol ??? Il s'est excusé à la fin et a pleuré en disant qu'il n'avait pas pu s'empêcher. (…) Aidez-moi SVP. »

Et voici une réponse reçue moins d'un quart d'heure plus tard :

« Coucou. Ouh lala nan nan ce n'est pas ça un viol, c'est une tentative d'acte sexuel sans consentement de ta part hein. Puis il a arrêté dès que tu le voulais, nan nan ça n'est pas un viol, t'inquiète pas… »

C'est très clair : Internet n'a pas réponse à tout. Si une jeune fille se demande si elle a été violée, mieux vaut ne pas poser la question sur un forum de discussion. En parler d'abord à un professionnel, comme un médecin ou une assistante sociale, aurait été plus judicieux, mais évidemment, à 13 ans et après un viol, le libre arbitre est compromis.

Trop souvent, les personnes qui répondent aux commentaires dans les forums de discussion se prennent pour des spécialistes qu'elles ne sont pas, pour des juristes, des médecins, des psychologues… elles s'autorisent à répondre n'importe quoi, sous couvert de l'anonymat.

Je me demande ce qu'est devenue cette jeune fille. Aujourd'hui, elle a 19 ans. Garde-t-elle, en plus de celles de son viol, des séquelles de cette réponse affligeante ? En veut-elle aussi à l'auteur de cette réponse nauséabonde, comme elle en veut à l'auteur de son viol ? Aujourd'hui, est-elle apathique ou en colère ? Comment va-t-elle ?

J'espère que cette triste histoire ne résume pas la *réalité* d'internet, qu'il s'agit d'un fait isolé et non d'une généralité. J'aimerais que les adolescents trouvent, autrement que par ce biais, les réponses à leurs questions. J'aimerais que la société adulte considère les ados pour ce qu'ils sont, pour ce qu'ils ont dans leur tête et entre leurs jambes, et non pour des êtres sans problèmes et sans sexe. J'aimerais que les adultes, parents, enseignants, répondent positivement au besoin d'empathie de la jeunesse, et que cela aboutisse à un mieux-être des adolescents ainsi qu'à un mieux vivre ensemble.

D'autres jeunes, un peu désorientés, se questionnant sur leur sexualité, cherchent aussi des réponses au gré de leurs rencontres, favorisées grâce à des applications Web.

Sur le c…

Gabriel, c'est mon *gay friend*. C'est un quinqua frétillant, sec, intelligent et drôle. Son violon d'Ingres, c'est le sexe. Certains collectionnent les timbres, lui, ce sont les partenaires. C'est renversant ! C'est un « explorateur de nouvelles pratiques », comme il le dit lui-même. C'est une « vieille tante » mais ses amants les plus jeunes l'appellent « daddy ». Il rassure. Il montre. « Il s'y connaît. » Ses amants recherchent son expérience, l'interrogent, débriefent avec lui après l'amour. Gabriel s'étonne que les plus jeunes ne connaissent pas le B.A.- BA de l'hygiène propre à certaines pratiques sexuelles. Alors il leur explique. Est-ce parce que nous vivons dans un monde hétérocentré que l'on ne parle pas de « ces choses-là » en cours d'éducation sexuelle ?

Si Gabriel aime le sexe, il n'est pas un adepte de films pornographiques. Il en met, parfois, en bruit de fond. En fait, la pornographie se consomme de nombreuses façons…

Le porno c'est pas un tuto

La pornographie ne sert pas qu'à se faire plaisir. Face aux informations peu fiables d'internet, les adolescents cherchent des réponses à leurs questions dans les vidéos pornographiques, accessibles très facilement depuis leur smartphone[44].

Or la pornographie, ce n'est pas un tutoriel !

D'après la réalisatrice et écrivaine Ovidie, avec la pornographie accessible si simplement, l'évolution des mœurs est passée sans transition de l'interdit à l'obligation[45].

La pornographie est devenue la norme.

Par conséquent, les jeunes hommes s'interrogent sur leurs performances sexuelles, la taille de leur sexe. Les jeunes femmes se questionnent sur la forme et la couleur de leur vulve[46]. Certains garçons trouvent même étonnant que les filles aient des poils pubiens[47] !

La vidéo pornographique est souvent normative, humiliante pour la femme et contraire à l'égalité des sexes. Or, la pornographie a une influence sur les pratiques et le comportement sexuels des jeunes, filles comme garçons ; ils subissent ainsi les *injonctions* de ces films,

sans exprimer de réticences[48]. C'est un jeu dangereux. Il est crucial d'aider les adolescents et les jeunes adultes à construire leur libre arbitre, à se construire mentalement, à ne plus subir les directives du classé X. Il devient urgent d'écouter le questionnement des jeunes sur leur sexualité. Car la société de demain, pour être prospère et équilibrée, doit se fonder sur le respect, entre les générations et entre les sexes.

Ce qui me désole, c'est que d'excellents sites Internet et médias sociaux existent mais qu'ils ne sont pas encore assez connus. Si seulement les jeunes, et les moins jeunes, connaissaient l'existence de ces sites :

- choisirsacontraception.fr
- onsexprime.fr, ainsi que sa chaine YouTube et sa page Facebook
- filsantejeunes.com, également présent sur Facebook et Twitter
- le compte Instagram orgasme_et_moi, lancé par Charline Vermont, qui a notamment collaboré avec Netflix sur la troisième saison de *Sex Education*

Ils parlent de tout, sans tabou.

Ils abordent même les sites de rencontres…

Et l'Amour dans tout cela ?

Mon amie Rose est une femme élégante qui prend soin d'elle jusqu'au bout des ongles, manucurés. Toujours chaussée de hauts talons, toujours parfaitement peignée, impeccable des pieds à la tête, Rose frise la soixantaine. Et elle est malheureuse.

C'est une accro.

Rose est accro aux sites de rencontres sur Internet. Depuis le début ; depuis son divorce, en 2000.

Pourtant, comme beaucoup d'accros, elle sait que cela ne lui sert à rien ; que c'est une perte de temps, d'argent ; que cela lui fait plus de

mal que de bien. Alors, elle décroche, puis replonge quelques mois ou quelques années plus tard. Sa solitude est trop lourde à porter toute seule, elle doit s'alléger virtuellement, avoir l'illusion d'être désirée. Elle passe donc son temps à discuter avec… des algorithmes ! Rose n'est pas dupe, elle sait que, la plupart du temps, elle parle à des robots, elle me l'a dit : comment peut-elle recevoir des centaines de messages par jour, toujours des mêmes personnes, avec toujours les mêmes mots, depuis des années ? Comment peut-elle intéresser des milliers d'hommes dans le digital alors que dans la vie réelle, elle ne suscite pas d'intérêt ?

Toutefois, Rose ne désespère pas de trouver le grand Amour sur un site de rencontres. Un peu comme les joueurs de loto : ils ont peu de chances de toucher le gros lot mais « tous les gagnants ont tenté leur chance ». Alors elle continue à jouer. Même si cela la dégoûte, la scandalise. 8 fois sur 10, les conversations tournent à l'obscénité, à des demandes de masturbation en direct. Des hommes lui envoient des photos de leur sexe. La plupart du temps, des hommes mariés.

Trois fois. Rose n'a accepté que trois fois de rencontrer un homme « pour de vrai », n'a consenti que trois fois, en plus de vingt ans, à passer du virtuel au réel. Et quel choc ! Malgré sa sélection sévère, elle a d'abord rencontré un obsédé sexuel, puis un homme aux propos grossiers indignes d'intérêt, et finalement un bel homme sympathique d'une quarantaine d'années mais toujours vierge et effrayé par le sexe.

L'expérience de Rose ne dément pas les chiffres : d'après l'Institut national d'études démographiques (Ined), seuls 2 % des Français déclarent avoir connu leur conjoint de sexe opposé sur un site de rencontres[49]. Mieux vaut, en fin de compte, les bonnes vieilles méthodes d'autrefois pour rencontrer l'âme sœur, les jeux de séduction à l'ancienne : des regards timides, des sourires gênés, une façon de décroiser et de recroiser les jambes, de décolleter son décolleté, de pencher la tête. Ces frôlements l'air de rien, ces phrases d'accroche, toutes plus surannées les unes que les autres, mais inoubliables quand elles aboutissent… ces approches maladroites mais inestimables.

Toujours d'après l'Ined, la *chance* de rencontrer un partenaire durable de même sexe sur les sites de rencontres est de 33 %[50]. C'est beaucoup plus que pour les couples de sexe opposé !

Cela n'a pas étonné Gabriel, mon *gay friend*. Il m'a expliqué qu'il était moins facile pour les homosexuels de faire des rencontres durables dans la vraie vie, qu'il était en fait moins *probable* de

rencontrer un homme qui, *a priori*, était attiré par les hommes. En ce sens, certaines applications sont très utiles et efficaces. Lui n'utilise pas les applications pour chercher une relation durable. Lui utilise des applications comme Grinder, le *Tinder gay*. C'est un site pour chercher du sexe, pas de l'amour. L'Amour, il l'a déjà. Il est avec son mari depuis plus de vingt ans et ils s'aiment comme au premier jour. Ce que veut Gabriel sur Grinder, c'est un partenaire dans l'heure, pas un amant. Alors, il confie aux algorithmes ce qu'il recherche et ce qu'il veut faire, dans les grandes lignes. Puis il sélectionne. Il « nexte » ou il « swipe », il jette ou met une option. Il est tout-puissant. Ou plutôt en a-t-il l'illusion. Aurait-il cette toute-puissance dans le monde réel ? **Est-ce une faiblesse que de se sentir tout-puissant ?**

En tout cas, Gabriel profite du meilleur des deux mondes : du romantisme du réel, avec son mari, et de l'efficacité clinique du virtuel, pour le sexe.

Les jeunes aussi utilisent beaucoup Internet et les réseaux sociaux pour flirter, avant la rencontre physique.

Mais quel que soit l'âge, sexe et Internet ne sont pas un mélange sans risque…

Unsafe sex

Selon une étude menée en Midi-Pyrénées, 64 % des jeunes âgés de 14 à 20 ans ont déjà, *via* un ordinateur ou un smartphone, posté ou envoyé une vidéo ou une photographie d'eux-mêmes, nus ou dénudés : un « *nude*[51] ». Et ce dans le cadre d'une relation consentie.

Malheureusement, à l'occasion d'une rupture, ces vidéos ou ces photos, prises dans l'intimité d'une liaison, peuvent être diffusées au plus grand nombre sur les réseaux sociaux et Internet : c'est le « *revenge porn* ». Une vengeance. Au mieux une humiliation, au pire une destruction.

Le *revenge porn* ne touche pas que les jeunes ; il touche aussi les adultes, quels que soient leur âge ou leur métier. La crédulité n'est pas l'apanage de la jeunesse. Même Gabriel, qui adore être filmé par ses amants, n'y pensait pas. Maintenant, il fera plus attention. Il m'a confié qu'il ne se ferait plus filmer le visage ; c'est trop dangereux, il tient trop à son mari.

Internet a-t-il tué l'Amour ?

Les applications Web ont-elles tué l'Amour ? Utilise-t-on Internet pour de mauvaises raisons, comme pour humilier, mésinformer ?

À mon avis, **Internet est en passe de tuer l'Amour !** Nous devons le sauver, nous devons laisser un monde à nos enfants où rapports humains, amicaux et amoureux, existent pour de vrai, parce qu'avoir un véritable ami, un amour vrai, cela change la vie, en mieux. C'est la base du bonheur.

Alors, une fois la crise de la Covid-19 dernière nous, flirtons ensemble ! Rencontrons-nous dans les bars ! Dansons en boîte de nuit, frôlons des inconnus ! Abordons-nous autrement que virtuellement, touchons-nous sans écran interposé ! Prenons du plaisir dans le réel, parce que c'est plus romantique, poétique et sensoriel !

Embrassons-nous pour de vrai. Embrassons la Vie, la vraie !

Maintenant, prenez le temps de la réflexion…

Alors, êtes-vous prêt à vous *engager* pour promouvoir et adhérer à des rapports humains véritables ?

Si tel est le cas, et si vous en avez *l'entrain*, je vous invite à signer le « certificat d'engagement » page suivante.

Sauvet A., « État des lieux des connaissances, représentations et pratiques sexuelles des jeunes adolescents. Enquête auprès des 316 élèves de 4e et 3e d'un collège du Nord de Montpellier », mémoire de D.U. Sexologie, faculté de Médecine Montpellier-Nîmes, 2009.

« Sida : un étudiant sur trois ne met pas de préservatif », Le Monde, 1er décembre 2014. https://www.lemonde.fr/campus/article/2014/12/01/sida-un-etudiant-sur-trois-ne-porte-pas-de-preservatif_4532135_4401467.html

Thiberge C., « Sexualité. Alerte aux maladies vénériennes », Science & Médecine, Le Monde, 23 mars 2016, 4.

Bousquet D., Laurant F., Collet M., Rapport relatif à l'éducation à la sexualité : Répondre aux attentes des jeunes, construire une société d'égalité femmes-hommes, Paris : Haut Conseil à l'Égalité entre les Femmes et les Hommes, 2016.
http://www.haut-conseil-egalite.gouv.fr/IMG/pdf/hce_rapport_sur_l_education_a_la_sexualite_synthese_et_fiches_pratiques.pdf

C. Bonnier, A. Miel. « Mesure de l'impact des programmes de prévention en santé sexuelle chez les lycéens martiniquais en 2006 et en 2017 », journées Francophones de Sexologie et

de Santé Sexuelle, Nantes : 3 juillet 2021. https://www.jf3sexo.fr/wp-content/uploads/2021/06/Programme-final-JF3S-28-06-21-BD_compressed-1.pdf

Bousquet D., Laurent F., Collet M., op. cit.

Ibid.

Ibid.

Borzekowski D., Rickert V., « Adolescent Cybersurfing for Health Information: A new resource that crosses barriers », Archives of Pediatrics and Adolescent Medicine 155, n° 7 (2001).

Amsellem-Mainguy Y., « Internet pour s'informer sur la sexualité : entre la vie des autres et les normes sociales », La santé de l'Homme, n° 418, 2012.

Bureau régional de l'Organisation mondiale de la santé, Centre fédéral pour l'éducation à la santé (BZgA), Standards pour l'éducation sexuelle en Europe, Copenhague : Bureau régional de l'Organisation mondiale de la santé, Cologne : Centre fédéral pour l'éducation à la santé (BZgA), 2010.

Doctissimo, consulté le 5 janvier 2016. http://forum.doctissimo.fr/grossesse-bebe/Grossesse-apres-un-viol/viol-sujet_278_1.htm

Marzano M., Rozier C., Alice au pays du porno*, Paris : Ramsey, 2005.*

Viva la vulva, réalisé par G. Schweiger, 2017, ARTE GEIE, 2017.

État de Santé, LCP, 8 septembre, 2019.

Pornographie, un jeu d'enfant*, réalisé par A-M. Avouac, 2019, France 2, 2019.*

Gonthier-Maurin B., Rapport d'information de la délégation aux droits des femmes du Sénat sur la proposition de loi renforçant la lutte contre le système prostitutionnel, Paris : Sénat, 2014. https://www.senat.fr/rap/r13-590/r13-590.html

Bergström M., « Sites de rencontres : qui les utilise en France ? Qui y trouve son conjoint ? », Bulletin mensuel d'information de l'Institut national d'études démographiques, n° 530, 2016.

Ibid.

Idayassine S, Khattou P., Moi, les médias et mes sexualités*, Association Icare, 2015.*

CERTIFICAT D'ENGAGEMENT

n°5

Je soussigné(e) _____

m'engage à :

☐ Répondre aux questions des jeunes concernant leur sexualité ou à les diriger vers des sites sérieux.

☐ Faire des rencontres, amoureuses ou amicales, davantage dans la vie réelle, plutôt que sur internet.

☐ Autre, précisez : _____

_____

Date et signature : __ / __ / __

Après tout

Après tout, faites comme vous voulez : voyagez, discutez avec des inconnus, parlez sexualité, écrivez des lettres d'amour… faites comme vous voulez, selon *votre* enthousiasme, *votre* désir, *votre* élan, *votre* envie… faites selon vos *besoins*.

Je n'ai pas le pouvoir de vous changer. Je n'ai pas le pouvoir de changer les Hommes. Les Hommes changent s'ils en comprennent les raisons, s'ils en épousent la cause. Les Hommes sont les *acteurs* de leur changement. Je ne suis qu'un déclencheur, une détente.

Ai-je réussi ma mission ? Ai-je réussi à illustrer avec suffisamment de conviction la nécessité de se connecter davantage au monde réel ? Vous êtes-vous *engagé* à vous connecter moins souvent et moins longtemps au digital ?

Et maintenant, comment vous sentez-vous ?

Recentré ou agité ? Équilibré ou déstabilisé ? Comblé ou divisé ? Exalté ? Excité ? Exténué ?

*Ê*tes-vous, comme le dirait Charles Baudelaire, un « prisonnier évadé[52] », affaibli mais délivré du *servage* numérique ?

Je me sens délivré. Délivré de l'emprise d'internet et des réseaux sociaux. Mais aussi reconnaissant : je leur rends grâce. Je rends grâce à toutes ces technologies qui nous permettent de garder une certaine activité pendant la pandémie de Covid-19 et de maintenir du lien social pendant les confinements. Aujourd'hui, plus que jamais, **critiquer Internet et les réseaux sociaux est une insulte au génie de l'Homme**, même si, comme tout outil, ils peuvent aussi servir à faire du mal.

La crise de la Covid-19 nous fait réaliser à quel point les rapports humains, pour de vrai, sont des moments uniques et précieux ; que serrer un ami dans ses bras, c'est irremplaçable, et que l'amour physique n'a pas d'équivalent. **Le réel est en passe de devenir un produit de luxe inestimable et pourtant indispensable.**

Des équilibres

Ce soir, le RER est bondé. Je suis debout, compressé aux passagers fatigués. Impossible de se tenir à une barre ou à quoi que ce soit d'autre. C'est cette horde d'humains qui me porte. Et chaque humain, à perte de vue, a les yeux rivés sur son smartphone. Je ne rêve pas. Ma journée épuisante ne me donne pas d'hallucinations. Chaque usager a un téléphone portable à la main, quitte à en perdre l'équilibre. Plutôt choir que louper un *post*. Plutôt se tordre un bras que manquer un *like*. Plutôt mourir piétiné que déconnecté !

J'ai échoué. Je n'ai pas réussi à me connecter aux autres, du moins dans le RER. Mais était-ce le lieu ? Les usagers ont-ils envie, là, à ce moment, après une journée de travail et dans ces conditions, de créer du lien ? Je ne le pense pas. Quant au matin, après une nuit trop courte et avant une journée trop longue, les passagers ont-ils envie de dialoguer ? En expriment-ils seulement le *besoin* ? Je ne le pense pas non plus. Ils ont surtout besoin de concentration, de calme, avant la tempête.

Alors, moi aussi, j'ai mon smartphone à la main et les écouteurs dans mes oreilles. Car ce n'est ni le lieu ni le moment pour le prosélytisme. Cependant, dans ce wagon, je suis en mode avion. Je suis déconnecté des réseaux mais connecté… avec moi-même. En effet, je médite… grâce à une application sur mon téléphone ! *Ma* déconnexion volontaire m'a appris deux choses : la connexion à l'autre, je m'en serais douté, mais surtout, la reconnexion à moi-même, ce qui a été une surprise. La méditation me permet cette reconnexion, bien que ce ne soit qu'un média, *mon* média. Je suis sûr que vous trouverez le vôtre. Après avoir exploré le monde dans tous les sens, j'explore mon monde intérieur, en quête de sens. Cette connexion à mon ego m'apaise et me rend davantage disponible pour les autres. Alors mon réseau, le vrai, s'élargit, prend de l'ampleur, se renforce. Et cela me donne même de l'ambition.

Ma quasi-addiction aux réseaux sociaux n'était qu'une fuite en avant, qu'une façon de m'éviter. Cette quasi-addiction n'était pas liée à la « peur de m'ennuyer » mais à la peur d'être seul avec moi-même. Aujourd'hui, grâce à ce temps hors des réseaux sociaux, et grâce à mon voyage intérieur, je me connais mieux ; je me trouve même de bonne compagnie. Je m'apprécie. Je comprends mes désirs, mes sensations, mes besoins ; je suis équilibré. Il était temps !

Se déconnecter, volontairement, c'est s'offrir une chance de se

connecter au réel, à la beauté du monde, à la bonté des Hommes, à l'essentiel, mais aussi et surtout, *la* chance de se reconnecter… à soi-même.

Baudelaire C., Les Paradis artificiels*, Paris : A. Poulet-Malassis, 1851.*

Mercis

Merci à mon exceptionnelle épouse, Sylvie, pour son soutien.

Merci à mes relectrices, la comédienne et conférencière Isabelle Goudé-Lavarde, et la brillante étudiante Corinne Chevalier.

Merci à mon éditrice Raphaëlle Cormier et à GERESO Édition pour la chance qu'il m'ont offerte.

Merci à toutes les personnes que j'ai interrogées.

Et merci aux éperdus, et aux e-perdus, qui m'ont inspiré.

Dorian di Betta est spécialiste de l'éthique des affaires dans l'industrie de la santé et aussi chargé d'enseignement vacataire, notamment à la faculté de médecine de Sorbonne Université.

Il a longtemps été auditeur dans le domaine de la recherche clinique, un métier qui lui a permis de se déplacer dans une soixantaine de pays sur les cinq continents.

C'est grâce à ces voyages qu'il a réalisé l'importance de vivre les choses pour de vrai et non par le prisme des écrans.

Dorian di Betta encourage l'innovation en prenant part à l'organisation de conférences TEDx au niveau du technopôle de Paris-Saclay. Il a lui-même donné une conférence TEDx[1] en 2018 à Orléans sur le thème : « Et si on vivait davantage dans un monde réel ? »

LinkedIn : https://www.linkedin.com/in/dorian-di-betta-7b50aaa1/

Instagram : https://www.instagram.com/doriandba/?hl=fr

À revoir sur https://www.ted.com/talks/dorian_di_betta_et_si_on_vivait_davantage_dans_un_monde_reel